

SAMSUNG

ПОСІБНИК КОРИСТУВАЧА

SM-L320
SM-L325F
SM-L330
SM-L335F
SM-L500
SM-L505F

Зміст

Початок роботи

- 6** Про Galaxy Watch8 / Galaxy Watch8 Classic
- 7** Зовнішній вигляд і функції пристрою
 - 7 Годинник
 - 12 Безпроводовий зарядний пристрій
- 13** Заряджання акумулятора
 - 13 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
 - 19 Підказки й заходи безпеки під час використання ремінця
 - 20 Як носити годинник для точних вимірювань
- 22** 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** Користування мережами
- 26** Додавання облікових записів до годинника
- 27** Управління екраном
 - 27 Безель
 - 28 Екран
 - 29 Складові частини екрана
 - 30 Увімкнення й вимкнення екрана
 - 31 Переключення екранів
 - 31 Екран програм
 - 33 Екран блокування
- 34** Годинник
 - 34 Екран годинника
 - 34 Змінення типу циферблата
 - 36 Увімкнення функції «Always On Display»
 - 36 Увімкнення режиму «Лише годинник»
 - 36 Використання панелі Now Bar
- 37** Сповіщення
 - 37 Панель сповіщень
 - 37 Перевірка вхідних сповіщень
 - 38 Вибір програм для отримання сповіщень
- 38** Панель швидкого доступу
- 41** Введення тексту
 - 41 Зовнішній вигляд клавіатури
 - 43 Додаткові функції клавіатури

Програми та функції

44 Встановлення програм і керування ними

- 44 Play Маркет
- 44 Керування програмами

45 Телефон

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

48 Контакти

49 Samsung Wallet

- 49 Вступ
- 49 Налаштування Samsung Wallet
- 49 Використання Samsung Pay
- 50 Використання квитків

51 Samsung Health

- 51 Вступ
- 52 Показник життєвих сил
- 52 Денна активність
- 54 Кроки
- 55 Вправа
- 62 Тренування протягом цього тижня
- 63 Тренер з бігу
- 64 Сон
- 66 Ліки
- 67 Їжа
- 68 Склад тіла
- 71 Майндфулнес
- 72 Відстеження циклів
- 74 Пульс
- 76 Стрес
- 77 Насиченість крові киснем
- 80 Вода

- 81 Показник AGE
- 83 Судинне навантаження
- 84 Антиоксид. індекс
- 85 Together
- 85 Налаштування

86 Samsung Health Monitor

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

98 GPS

99 Музика

- 99 Вступ
- 99 Використання музики
- 99 Керування аудіофайлами, збереженими на годиннику

100 Контролер мультимедіа

- 100 Вступ
- 101 Керування музичним плеєром
- 101 Керування відеоплеєром

102 Reminder

102 Календар

103 Vixby

103 Погода

104 Будильник

104 Світовий час

105 Таймер

105 Секундомір

106 Галерея

- 106 Вступ
- 106 Керування зображеннями, збереженими на годиннику
- 107 Користування Галереєю
- 107 Перегляд зображень
- 108 Налаштування циферблата
- 108 Видалення зображень

109 Samsung Find**110 Екстрене повідомлення**

- 110 Вступ
- 110 Попереднє налаштування способу надсилання екстреного повідомлення
- 111 Запит на екстрене повідомлення
- 112 Запит на екстрене повідомлення в разі травми в результаті падіння
- 113 Припинення надання інформації про місцезнаходження

113 Диктофон**114 Калькулятор****115 Компас****115 Buds Controller****116 Керування камерою****117 Samsung Global Goals****117 SmartThings****117 Програми Google****118 Налаштування**

- 118 Вступ
- 118 Samsung account
- 118 Підключення
- 122 Режими й сценарії
- 124 Звуки та вібрація
- 124 Сповіщення
- 125 Екран
- 125 Батарея

126 Кнопки й жести**127 Health****127 Безпека й конфіденц.****128 Розташування****128 Безпека та екстрені ситуації****128 Облікові записи та резервне копіювання****129 Google****129 Додаткові функції****130 Обслуговування пристрою****130 Програми****131 Загальне****131 Спеціальні можливості****132 Оновлення ПЗ****132 Про годинник****Програма Galaxy Wearable****133 Вступ****135 Циферблати****136 Екран програм****137 Картки****137 Панель швидкого доступу****138 Налаштування годинника****138 Вступ****138 Samsung account****138 Режими й сценарії****138 Звуки та вібрація****139 Сповіщення****139 Екран****139 Батарея****139 Кнопки й жести****139 Health****140 Wallet****140 Безпека та екстрені ситуації****140 Облікові записи та резервне копіювання**

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

Замітки щодо користування

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

Додаток

- 153 Усунення неполадок**
- 157 Виймання акумулятора**

Початок роботи

Про Galaxy Watch8 / Galaxy Watch8 Classic

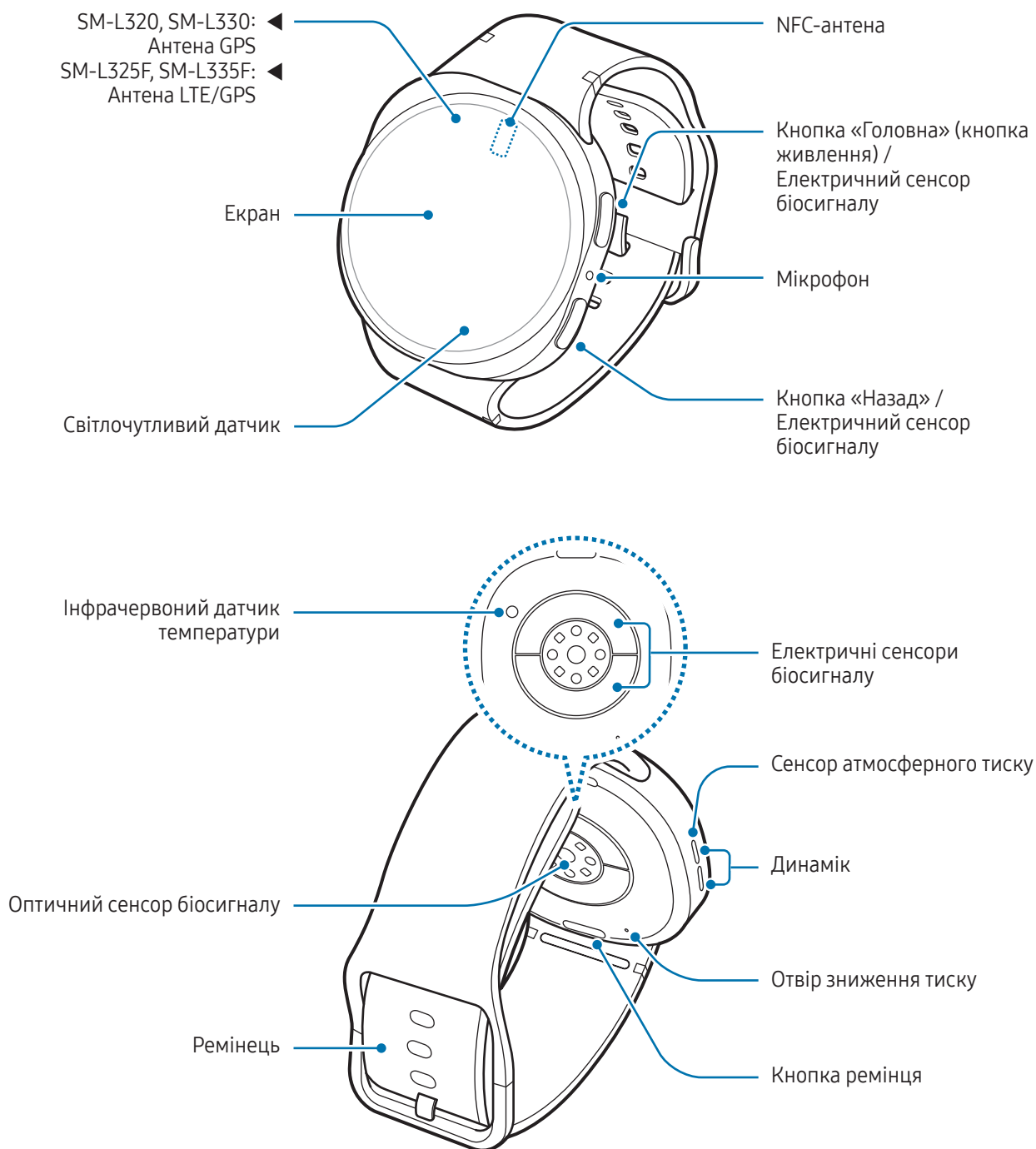
Пристрій Galaxy Watch8 / Galaxy Watch8 Classic (далі — годинник) — це розумний годинник, що здатний аналізувати виконання фізичних вправ, стежити за здоров'ям і дає змогу користуватися зручними програмами для здійснення телефонних викликів і відтворення музики. Ви можете переглядати різноманітні функції за допомогою 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 телефона.

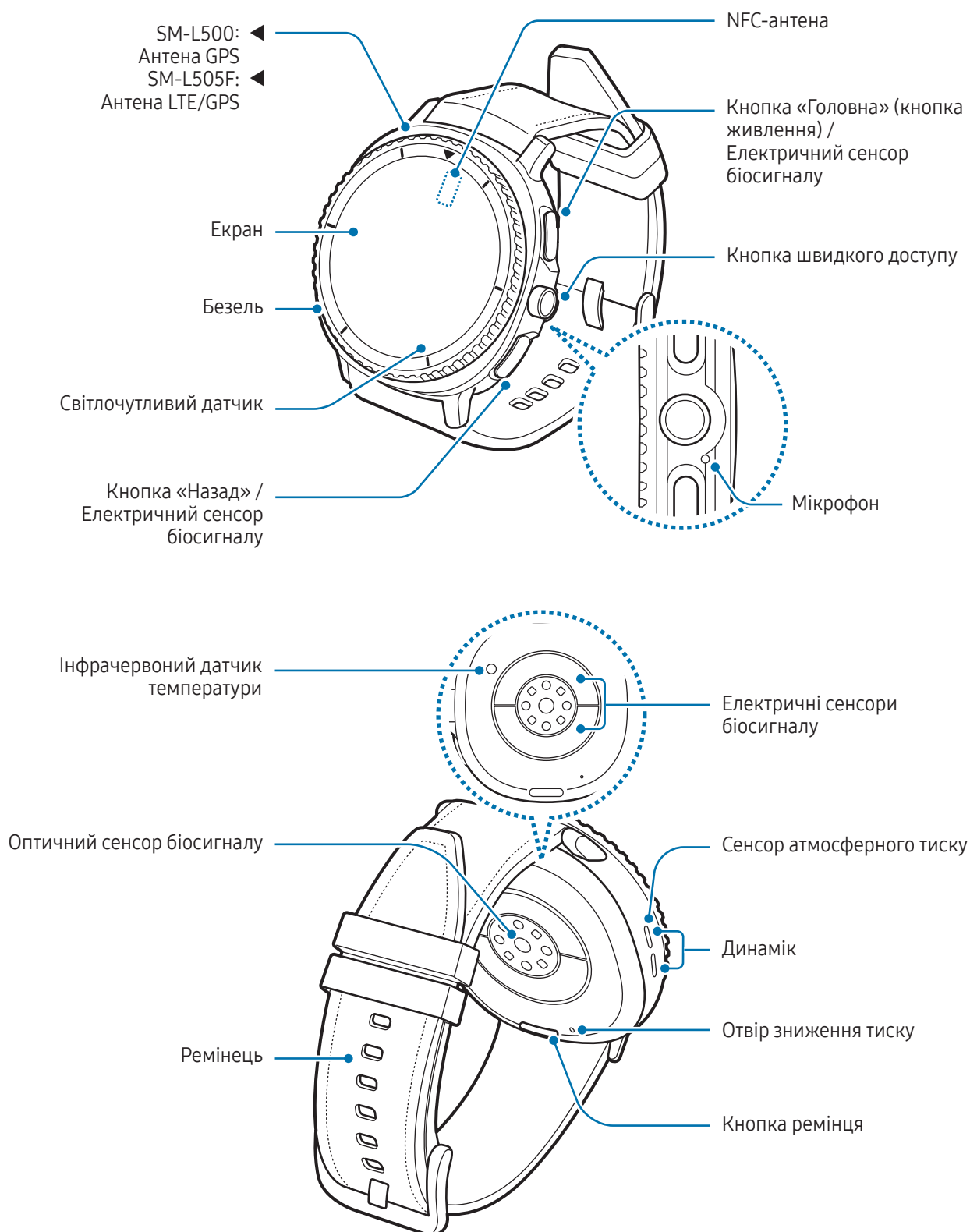
Зовнішній вигляд і функції пристрою

Годинник

► Galaxy Watch8:



► Galaxy Watch8 Classic:





- 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 області 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.
- На зображеннях у цьому посібнику представлено Galaxy Watch8 Classic.

Кнопки

Кнопка	Функція
Кнопка «Головна»	• Натисніть і утримуйте для ввімкнення годинника, коли він вимкнений. • Коли екран вимкнений, натисніть, щоб його увімкнути. • 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»	• Коли екран вимкнений, натисніть, щоб його увімкнути. • Натисніть для запуску заданої програми або функції.
Кнопка «Головна» + кнопка «Назад»	• Натисніть одночасно, щоб створити знімок екрана. • Натисніть і утримуйте одночасно, щоб вимкнути годинник.

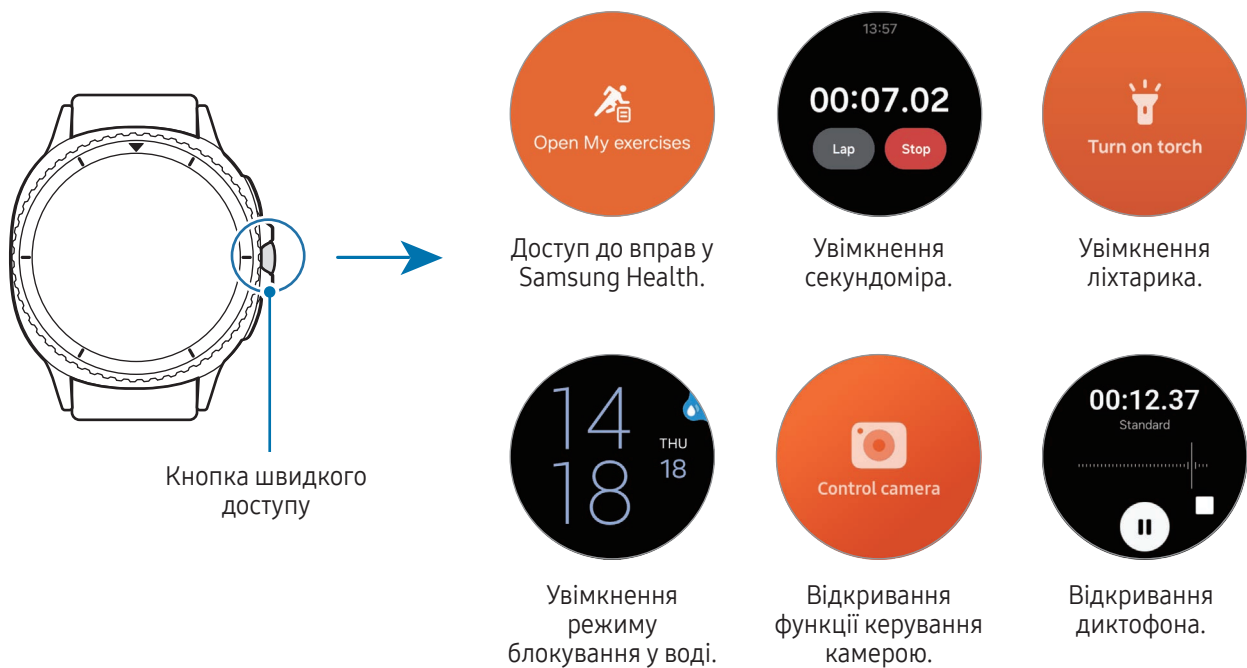
Налаштування кнопки «Головна» чи кнопки «Назад»

Виберіть програму або функцію, яка запускатиметься натисканням кнопки «Головна» чи кнопка «Назад».

На екрані програм торкніться значка «Налаштування» (⚙️) → **Кнопки й жести**, після чого виберіть необхідну опцію в розділі **Кнопка «Головна»** чи **Кнопка «Назад»**.

Налаштування й використання кнопки швидкого доступу (Galaxy Watch8 Classic)

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 значка «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**.
 - **Вправи**: варіанти налаштування охоплюють відкривання 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**: відкривання секундоміра, увімкнення ліхтарика чи режиму блокування у воді.

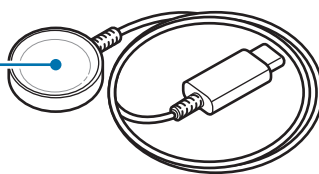
- **Запуск дії за допомогою:** налаштування кнопки швидкого доступу таким чином, щоб одинарним чи подвійним натисканням на неї відкривалася визначена вами вправа чи функція.



- 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 дриґом, на екрані програм торкніться значка «Налаштування» (⚙️) → **Загальне** → **Орієнтація** й налаштуйте положення кнопок так, 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 значка «Налаштування» (⚙️) → **Екран** і торкніться повзунка **Показувати інф. про зарядження**, щоб увімкнути цю 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 значка «Налаштування» (⚙️) → **Батарея**, після чого торкніться повзунка **Автоввімкн. 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'єднуйте 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 Watch8 Classic та Galaxy Watch8.
- Годинник обладнаний убудованою 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 донизу, і торкніться значка «Енергозбереження» () , щоб увімкнути функцію. Або на екрані програм торкніться значка «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 ввімкнете 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'єднайте до нього ремінець. Ремінець можна від'єднувати від годинника для заміни його на новий.

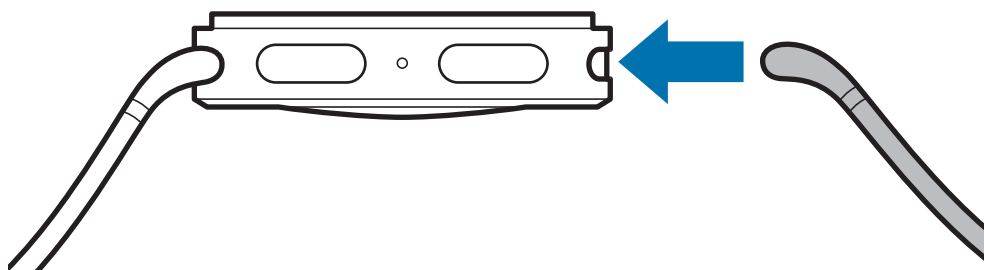
❗ Під'єднуючи й від'єднуючи ремінець, варто пильнувати, аби не травмувати ніготь.



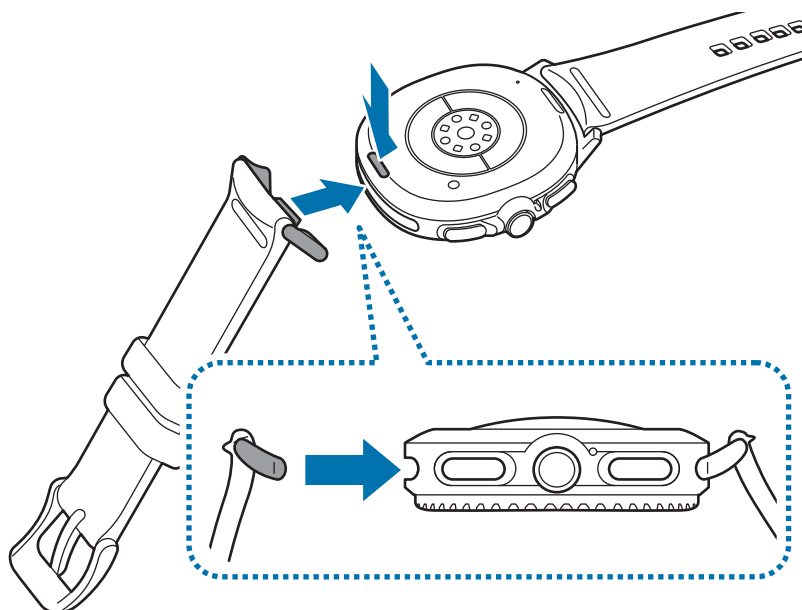
- Ремінець, що постачається, може змінюватися в залежності від регіону або моделі.
- Розмір ремінця, що входить до комплекту поставки, може відрізнятися залежно від моделі. Для вашої моделі слід використовувати відповідний ремінець, що підходить до неї за розміром.

Приєднання ремінця

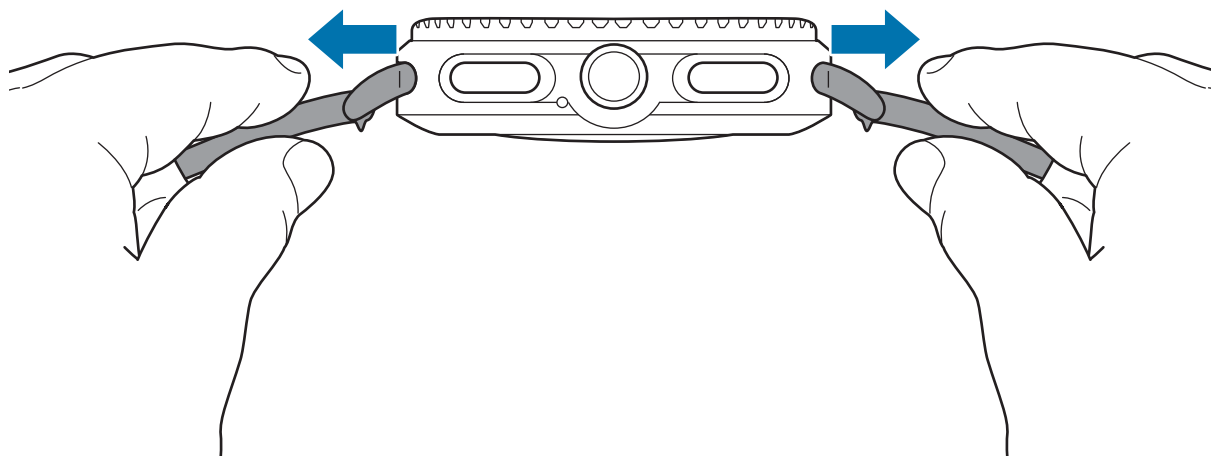
- **Galaxy Watch8:** вирівняйте ремінець відносно годинника так, щоб вони були на одній лінії, після чого натисніть на ремінець до клацання.



► **Galaxy Watch8 Classic:** покладіть годинник догори його заднім боком, а ремінець — догори його внутрішнім боком. Вирівняйте ремінець відносно годинника так, щоб вони були на одній лінії, після чого натисніть на ремінець до клацання. Приєднати ремінець буде легше, якщо натиснути на кнопку ремінця.

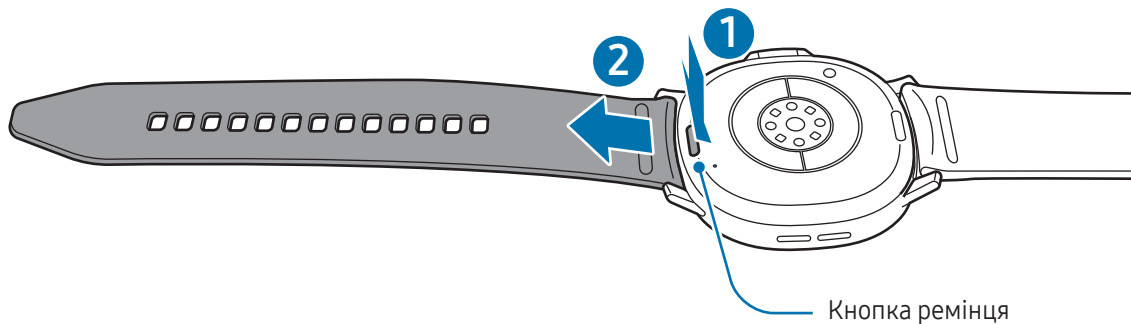


- 2 Обережно потягніть ремінець з обох боків, щоб переконатися, що він щільно під'єднаний і не від'єднується від годинника.



Від'єднання ремінця

Зніміть браслет, натиснувши на кнопку ремінця.



Надягання годинника

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.



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



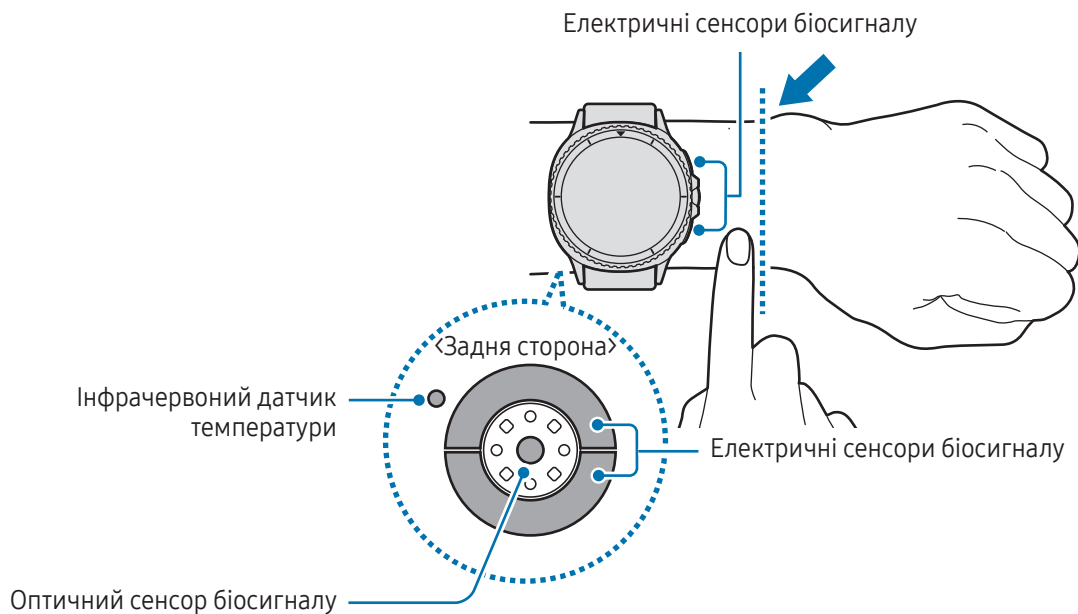
- Для точнішого вимірювання показників фізичного стану за допомогою годинника його потрібно надійно закріплювати безпосередньо над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити годинник для точних вимірювань](#).
- Коли в контакт із задньою частиною годинника входять певні матеріали, 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 бути спрямовані в інший бік. Якщо екран відображається догори дриґом, на екрані програм торкніться значка «Налаштування» (⚙️) → **Загальне** → **Орієнтація** й налаштуйте положення кнопок так, щоб воно відповідало фактичному положенню, у параметрі **Розташування кнопки**.

Як носити годинник для точних вимірювань

Для точних вимірювань надівайте 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 робити 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.

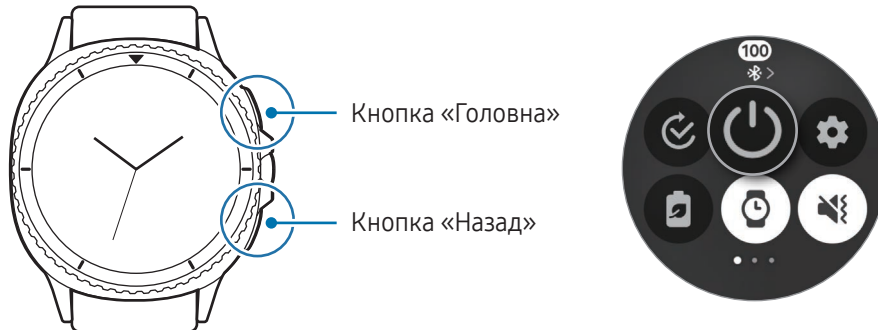


- Паління або споживання алкоголю перед вимірюванням пульсу може вплинути на його результати.
- Не розмовляйте, не позіхайте й не дихайте глибоко під час вимірювання частоти пульсу. Це може призвести до отримання неточних результатів вимірювання пульсу.
- У разі занадто високої чи низької частоти пульсу 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 значка «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 ввімкнення 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 значка «Вимкнути живлення» (🔌).

2 Торкніться значка «Вимкнути живлення» (🔌).



Якщо хочете, щоб годинник вимикався натисканням та утриманням кнопки «Головна», на екрані програм торкніться значка «Налаштування» (⚙️) → **Кнопки й жести**, торкніться **Довге натискання** в розділі **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 значка «Вимкнути живлення» (🔌).

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 телефона встановіть програму Galaxy Wearable на телефон.

Залежно від вашого телефона 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 телефона через Bluetooth

1 Увімкніть годинник.

2 Виберіть мову для використання та торкніться піктограми OK (✔).

3 Виберіть країну чи регіон і торкніться **Перезапустити**.

Годинник вимкнеться і перезапуститься, після чого на екрані з'являться інструкції щодо під'єднання годинника до вашого телефона.

- 4 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
Якщо останню версію програми Galaxy Wearable не встановлено, встановіть її.
- 5 Торкніться **Почати**.
- 6 Виберіть годинник на екрані.
Якщо ви не можете знайти свій годинник, торкніться **Допомога**.
- 7 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 відрізнятися залежно від регіону.
- Способи під'єднання можуть різнитися залежно від вашого регіону, моделі телефона 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 перериватися.
- Під час першого приєднання годинника до телефона або після скидання налаштувань акумулятор годинника може розряджатися швидше під час синхронізації даних, як-от контактів.
- Підтримувані телефони й функції можуть різнитися 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 «Немає з'єднання з телефоном» (📶).

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 значка «Налаштування» (⚙️) → **Загальне** → **Перенесення даних на новий телефон** → значок ОК (✓).
- 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 значка «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.

Користування мережами

Ви можете користуватися мережами, як-от Wi-Fi, Bluetooth, NFC, чи мобільною мережею.

На екрані програм торкніться значка «Налаштування» () → **Підключення**, торкніться назви потрібної мережі, після чого торкніться перемикача, щоб увімкнути відповідну мережу. Якщо ви не користуєтесь мережею, торкніться відповідного перемикача, щоб вимкнути її.

Щоб увімкнути мобільну мережу, торкніться **Мобільні мережі**, після чого торкніться **Автоматично, Завжди ввімкнено** чи **Мобільні тарифні плани**. Якщо ви не користуєтесь мобільною мережею, торкніться **Завжди вимкнено**.



Деякі функції можуть бути недоступні залежно від моделі.

Додавання облікових записів до годинника

Зареєструйте обліковий запис Samsung чи Google на під'єднаному 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.

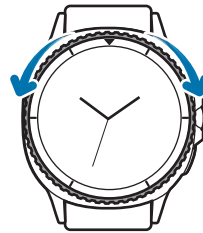
Управління екраном

Безель

Ваш годинник має поворотний безель або безель, що обертається. Для керування різноманітними функціями годинника поверніть безель за годинниковою стрілкою чи проти неї, тримаючи його двома пальцями, або проведіть пальцем по сенсорному безелю.



Сенсорний безель
(Galaxy Watch8)



Безель, що повертається
(Galaxy Watch8 Classic)

- **Прокручування екранів:** поверніть безель або проведіть по ньому, щоб перейти до інших екранів.
- **Перехід від елемента до елемента:** поверніть безель або проведіть по ньому, щоб перейти від одного елемента до іншого.
- **Регулювання вхідного значення:** поверніть безель або проведіть по ньому, щоб відрегулювати гучність або яскравість. Під час регулювання яскравості поверніть безель або проведіть по ньому за годинниковою стрілкою, щоб зробити екран яскравішим.
- **Використання телефону або функції будильника:** поверніть безель або проведіть по ньому за годинниковою стрілкою, щоб прийняти вхідні виклики або вимкнути будильник. Поверніть безель або проведіть по ньому проти годинникової стрілки, щоб відхилити вхідні виклики або увімкнути функцію повторного спрацювання будильника.



- Переконайтеся, що в зоні поворотного безеля немає ніяких сторонніх речовин, наприклад пилу чи піску.
- Не використовуйте поворотний безель поблизу магнітних речовин, як-от магніти або магнітні браслети. Поворотний безель може не працювати як належить через магнітні завади.



Якщо 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 упродовж приблизно 2 секунд.
- Перетягування: торкніться об'єкта й утримуйте його, а потім перетягніть у бажане місце розташування.
- Подвійне торкання: двічі швидко торкніться екрана.
- Проведення по екрані: проведіть вгору, вниз, вліво чи вправо.
- Розведення і 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 вліво або вправо або за допомогою безеля.



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

Керування картками

Щоб забезпечити зручний доступ до бажаних функцій, до карток можна додати віджети.

Торкніться **Додати картки** й виберіть віджети, які треба додати.

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 значка «Видалити» (⊖) на картці, яку потрібно видалити.

Щоб змінити розташування віджетів чи видалити віджет, торкніться й утримуйте картку та торкніться **Змінити**.

- **Переміщення віджета:** торкніться віджета та, утримуючи його, перетягніть у потрібне місце.
- **Видалення віджета:** торкніться значка «Видалити» (⊖) на віджеті, який треба 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 у разі піднесення зап'ястя, торкніться значка «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 в разі дотику до нього, торкніться значка «Налаштування» (⚙️) на екрані програм, торкніться **Екран**, а потім торкніться повзунка **Пробудження за дотиком** у розділі **Увімкнення екрана**, щоб активувати функцію.
- **Увімкнення екрана беззлем:** обертання безеля. Якщо екран не вмикається на обертання безеля, торкніться значка «Налаштування» (⚙️) на екрані програм, торкніться **Екран**, а тоді торкніться перемикача **Пробудж. за обер. кільця** в розділі **Увімкнення екрана**, щоб увімкнути функцію (Galaxy Watch8 Classic).

Вимкнення екрана

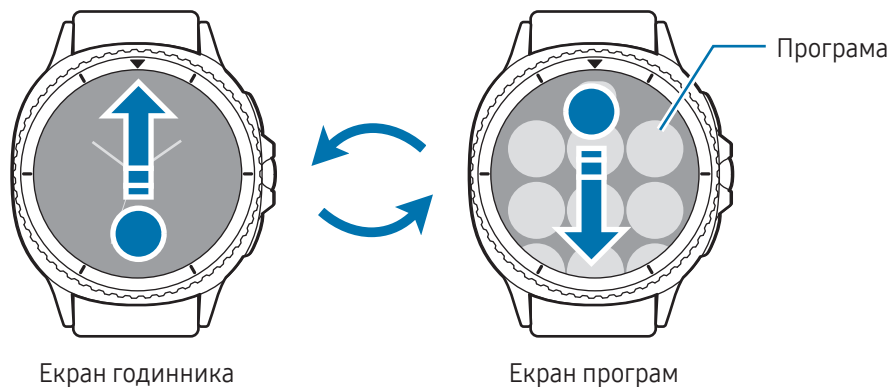
Щоб вимкнути екран, накрийте його долонею або іншим предметом. Крім того, екран автоматично вимикається, якщо годинник не використовується впродовж певного проміжку часу.

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 значка «Останні програми» (🕒) на екрані програм.

Закриття програм

- 1 На екрані програм торкніться значка «Останні програми» (🕒).
- 2 Скористайтесь безелем або проведіть по екрані вліво або вправо, 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

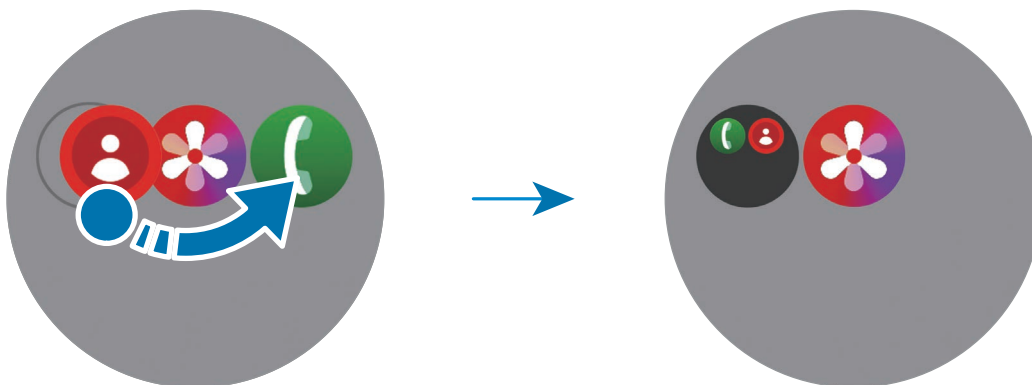
Переміщення об'єктів

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 значка «Додати програми до папки»(+) 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 й утримуйте її, а потім торкніться **Видалити** → і торкніться значка ОК (✓). При цьому буде видалено лише папку. Наявні в ній програми буде переміщено на екран програм.

Налаштування вигляду екрана програм

Виберіть спосіб перегляду програм на екрані програм: перегляд сіткою чи перегляд списком. Торкніться **Вибр. подання** внизу екрана програм і виберіть потрібну опцію в розділі **Подання**.

Якщо торкнутися перемикача **Показувати вибрані програми на основі даних використання**, щоб увімкнути цю функцію, угорі екрана програм відображатимуться рекомендовані програми, визначені на основі того, як ви використовуєте годинник.

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 значка «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.

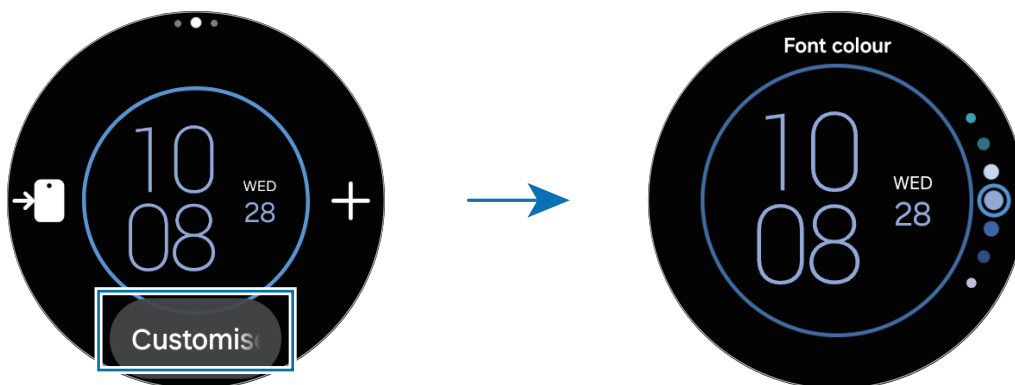
Годинник

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 безелем або проведіть по екрану вгору чи вниз й виберіть циферблат. Щоб завантажити більше циферблатів, торкніться **Більше циферблатів у Google Play**.
- 3 Торкніть **Налаштувати**, щоб налаштувати циферблат. Проведіть пальцем по екрану вліво або вправо, щоб перейти до елемента, який потрібно персоналізувати, а потім виберіть потрібний колір та інші елементи, використовуючи безель або проводячи пальцем угору 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**.

Увімкнення режиму поганої освітленості

Для деяких циферблатів можна встановити режим поганої освітленості. У разі увімкнення режиму поганої освітленості яскравість і кольори циферблата регулюються так, 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 **Спорт-класика** чи **Класична спадщина** в розділі **Класичні**.
- 3 Торкніться **Налаштувати**.
- 4 Проведіть ліворуч чи праворуч по екрану, щоб перейти до елемента **Режим слабкого освітлення**.
- 5 Торкніться екрана, щоб установити для режиму поганої освітленості 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, утримуючи його, виберіть зображення за допомогою безеля або проведіть пальцем уліво чи вправо по екрану, а потім торкніться значка «Готово» (✓). 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 донизу, і торкніться значка Always On Display (⌚). Або на екрані програм торкніться значка «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 значка «Налаштування» (⚙️) → **Батарея** → **Лише годинник** і торкніться **Увімкнути**.

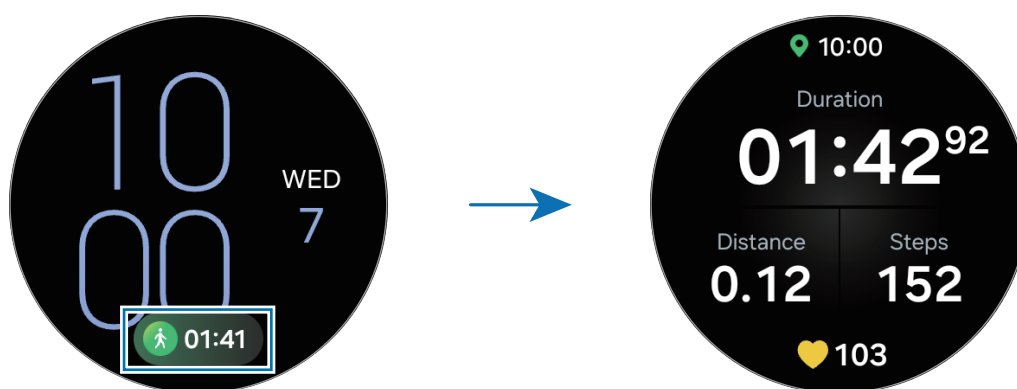
Щоб вимкнути режим «Лише годинник», натисніть та утримуйте кнопку «Головна». Ви також можете помістити годинник на бездротовий зарядний пристрій, щоб зарядити його до певного рівня. Годинник вимкнеться і потім знову ввімкнеться.

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

Використання панелі Now Bar

Якщо під час використання певних функцій, як-от запис тренування чи запис голосу, натиснути кнопку «Головна», щоб відкрити екран годинника, унизу екрана годинника з'явиться панель Now Bar, на якій відображається наразі використовувана функція.

Торкніться панелі Now Bar, щоб повернутися на екран функції, яку ви використовуєте, одразу відкривши її.

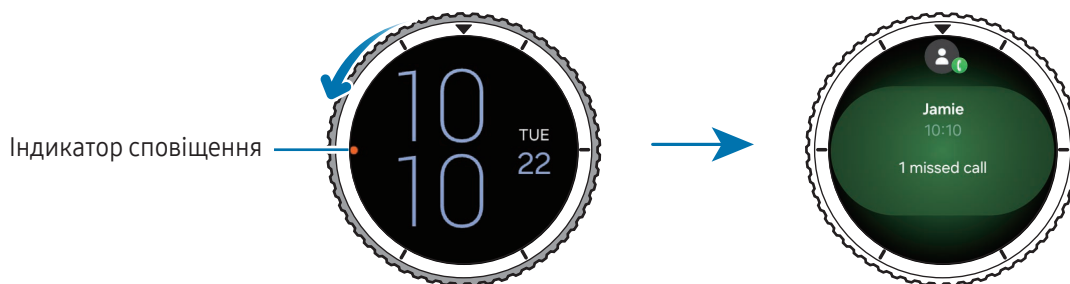


Сповіщення

Панель сповіщень

Перевіряйте сповіщення, наприклад, нові повідомлення або пропущені виклики, за допомогою панелі сповіщень. На екрані годинника поверніть безель або проведіть по ньому 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 значка «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 значка «Налаштування» (⚙️) на екрані програм, торкніться **Сповіщення** → **Сповіщення з телефона на годиннику**, і потім виберіть **Завжди показувати на обох**.

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, поверніть безель чи проведіть пальцем по екрану вліво або вправо, 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.

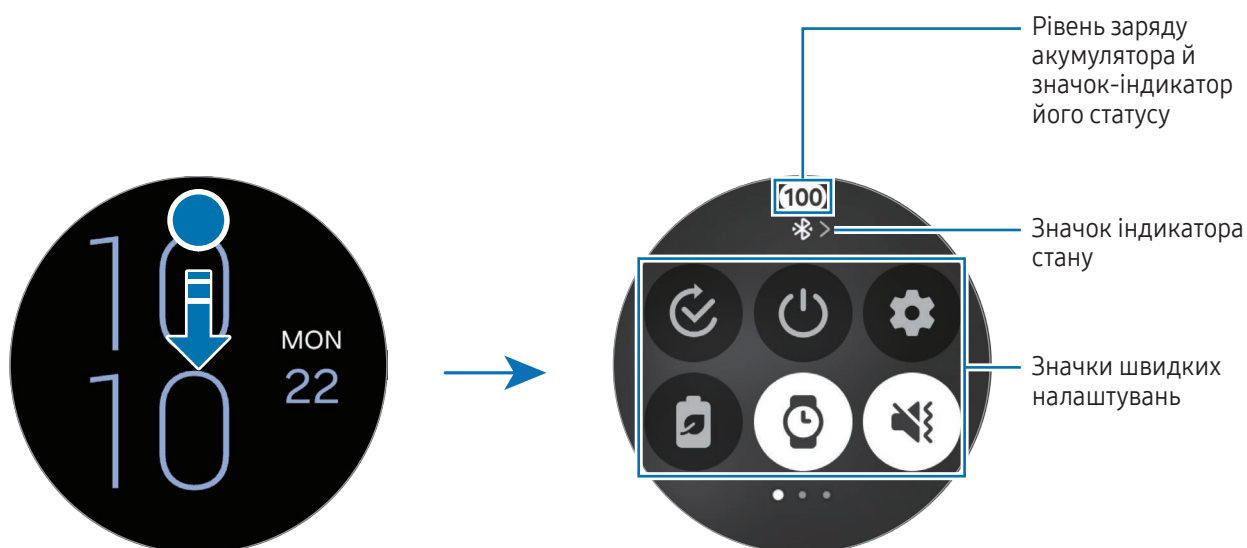
- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
- 2 Торкніться **Налаштування годинника** → **Сповіщення** → **Сповіщення від програм**.
- 3 Торкніться повзунка біля програм, щоб отримувати сповіщення від програм зі списку.

Панель швидкого доступу

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

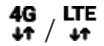
Щоб відкрити панель швидкого доступу, потягніть її з верхнього краю екрана вниз. Щоб закрити панель швидкого доступу, проведіть вгору по екрані.

Поверніть безель або проведіть пальцем по екрані вліво або вправо, 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 значки-індикатори стану на екрані годинника, торкніться значка «Налаштування» (⚙️) на екрані програм, торкніться **Додаткові функції → Індикатори статусу**, а тоді 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
	Відкривання налаштувань функції «Режим»
	Доступ до опцій живлення
	Відкриття Налаштування
	Увімкнення режиму енергозбереження
	Увімкнення функції «Always On Display»
	Увімкнення звуку, вібрації або беззвучного режиму

Значок	Значення
	Увімкнення ліхтарика
	Регулювання яскравості
	Увімкнення режиму «Не турбувати»
	Відкривання 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»
	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 «Режими» () 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 телефона.

Редагування панелі швидкого доступу

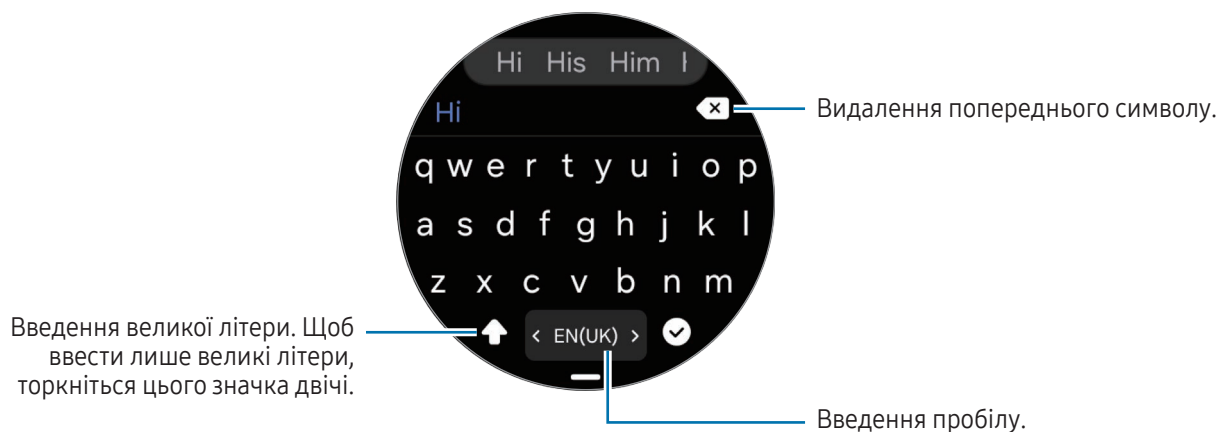
Торкніться значка «Редагувати» (+), щоб увійти в режим редагування та змінити розташування значка швидких налаштувань або додати чи видалити значок швидкого налаштування.

- **Переміщення значка швидкого налаштування:** торкніться значка швидких налаштувань та, утримуючи його, перетягніть у потрібне місце.
- **Додавання значка швидкого налаштування:** торкніться значка «Додати» (+) на значку швидких налаштувань, щоб додати значок.
- **Видалення значка швидкого налаштування:** торкніться значка «Видалити» (-) 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 «Режими та налаштування введення» (—) вгору, торкніться значка «Налаштування» (⚙️) → **Мови введення** → **Керування мовами** і виберіть мову для використання. Якщо вибрано дві мови вводу, для перемикавання між ними проведіть по клавіші пробілу вліво або вправо. Можна додати до двох мов.



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

Зміна типу клавіатури

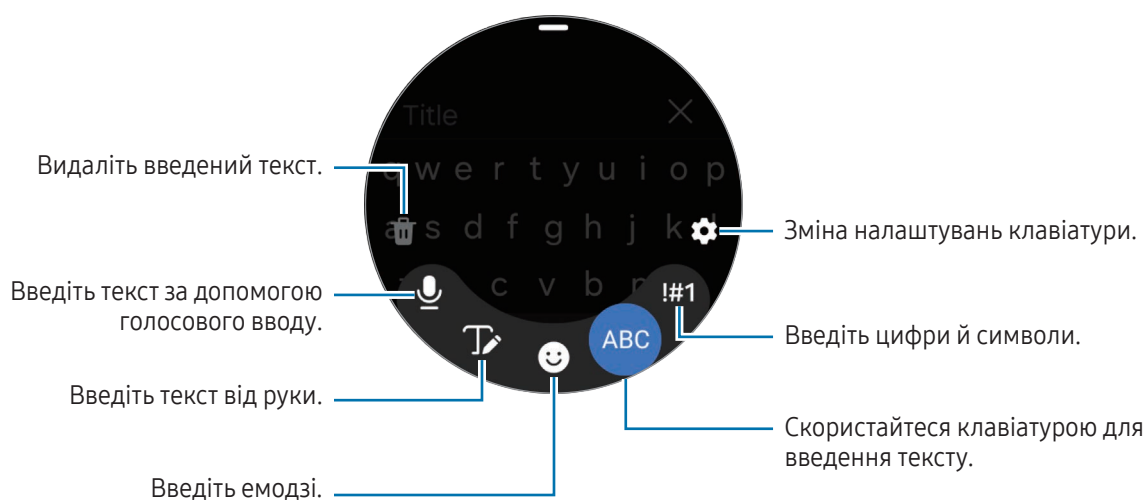
Потягніть значок «Режими та налаштування введення» (—) вгору, торкніться значка «Налаштування» (⚙️) → **Мови введення**, виберіть мову й потім виберіть потрібний тип клавіатури.



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 «Режими та налаштування введення» (—) вгору 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 ввімкнути з будь-якого іншого екрана введення тексту, натиснувши й утримуючи кнопку «Головна». Для використання цієї функції торкніться значка «Налаштування» (⚙️) на екрані програм, торкніться **Кнопки й жести**, торкніться **Довге натискання** в розділі **Кнопка «Головна»** і потім виберіть **Vixby**.

Програми та функції

Встановлення програм і керування ними

Play Маркет

Придбання та завантаження програм.

Торкніться значка «Play Маркет» () на екрані програм. Перегляньте програми за категоріями або торкніться значка «Пошук» () та здійсніть 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 значок «Фільтр» (⌵), 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 значка «Налаштування» (⚙️) → **Програми** → **Диспетчер дозволів**. Оберіть пункт і програму.



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

Телефон

Вступ

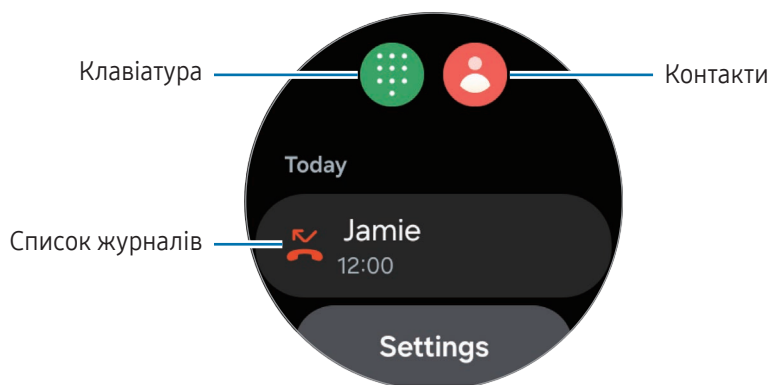
Можна здійснювати виклики та перевіряти вхідні виклики або відповідати на них.



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

Здійснення викликів

Торкніться значка «Телефон» (☎️) на екрані програм.



Для здійснення викликів скористайтеся одним із наведених нижче способів.

- Торкніться значка «Клавіатура» () , уведіть номер за допомогою клавіатури, а потім торкніться значка «Виклик» ().
- Торкніться значка «Контакти» () , використайте безель або прокрутіть список контактів, виберіть контакт і торкніться значка «Виклик» ().
- Використайте безель або прокрутіть список журналів, виберіть запис журналу й торкніться значка «Виклик» ().

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.

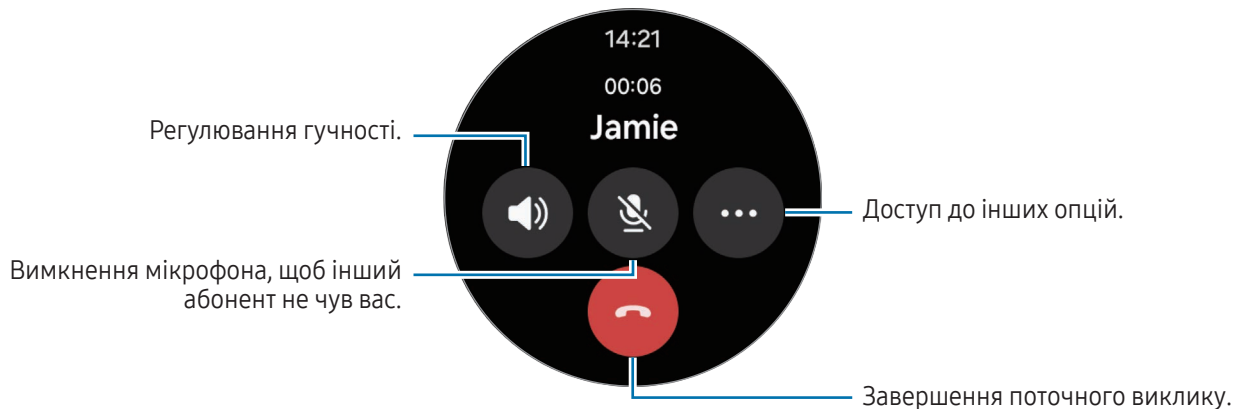
- 1 Торкніться значка «Телефон» () на екрані програм.
 - 2 Торкніться значка «Клавіатура» ().
 - 3 Торкніться значка «SIM для викликів» () та виберіть потрібну опцію.
 - **Телефон:** здійснення викликів з номера під'єданого телефона.
 - **SIM 1:** здійснення викликів з номера SIM-карти 1 під'єданого 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 значка «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 значка «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 поверніть безель або проведіть по ньому за годинниковою стрілкою. Або ж перетягніть значок «Відповісти» (☎️) 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 поверніть безель або проведіть по ньому проти годинникової стрілки. Або ж перетягніть значок «Відхилити» (🚫) за межі великого кола.

Щоб надіслати повідомлення в разі відхилення вхідного виклику, потягніть значок «Надіслати повідомлення в разі відхилення виклику» (✉️) 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 значка «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 значка «Контакти» () на екрані програм.



Список вибраних контактів з телефона буде відображено вгорі списку контактів.

Скористайтесь одним із наведених нижче способів пошуку:

- Торкніться значка «Пошук» () вгорі списку контактів і введіть критерії пошуку.
- Прокрутіть список контактів.
- Скористайтесь безелем. Коли ви швидко обертаєте безель чи проводите пальцем по ньому, 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 віджеті

Додайте часто використовувані контакти з віджету **Контакти**, щоб зв'язуватися з ними одразу за допомогою текстових повідомлень або телефонних викликів. Торкніться й утримуйте віджет **Контакти**, торкніться **Змінити** → значок «Додати» () , виберіть бажаний контакт і потім торкніться **Готово**.



- Щоб використовувати цю функцію, потрібно додати до картки віджет **Контакти**. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Керування картками](#).
- Залежно від стилю віджету **Контакти** до нього можна додати від двох до чотирьох контактів.

Samsung Wallet

Вступ

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

Додаткову інформацію, зокрема щодо підтримуваних типів карток, див. на вебсайті www.samsung.com/samsung-wallet.

Торкніться значка «Гаманець» () на екрані програм і виберіть потрібну функцію.



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

Налаштування Samsung Wallet

Під час першого запуску цієї програми або її перезапуску після скидання налаштувань у заводські значення дотримуйтеся вказівок на екрані, щоб завершити початкове налаштування.

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

Використання Samsung Pay

Зареєструйте картки в Samsung Pay, щоб здійснювати онлайн- та офлайн-платежі.



- 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 функція 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, оператора зв'язку або моделі.

Реєстрація карток

На екрані програм торкніться значка Wallet () і дотримуйтеся вказівок, щоб завершити процедуру реєстрації картки.

Здійснення платежів

- 1 Натисніть та 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.

Скасування платежів

Щоб скасувати платіж, потрібно знову прийти до місця, де його було зроблено.

Прокрутіть список карток і виберіть потрібну. Щоб скасувати платіж, дотримуйтесь вказівок на екрані.

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 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 рухаєтеся 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 надітий 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, установленної на під'єднаному телефоні.

Показник життєвих сил визначається на основі аналізу нещодавніх тенденцій.

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» (🧑) 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.
Щоб перевірити докладну інформацію, яка стосується функції «Показник життєвих сил», на під'єднаному телефоні торкніться **Показувати на телефоні**.



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

Денна активність

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

Перевірка щоденної активності

Торкніться значка «Здоров'я» (🧑) на екрані програм і торкніться **Денна активність**.

Графіки досягнення цілей



- **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 безелем або проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Встановлення щоденної цільової кількості тренувань

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Денна активність**, а потім — **Установлення цілей**.
- 3 Торкніться **Рух, Час, Калорії** і виберіть бажаний параметр активності для кожної цілі.
- 4 Скористайтесь безелем або проведіть пальцем вгору або вниз по екрану, щоб встановити ціль.
- 5 Торкніться **Готово**.

Кроки

Годинник підраховує кількість кроків, які ви зробили.

Вимірювання кількості пройдених кроків

Торкніться значка «Здоров'я» (👤) на екрані програм і торкніться **Кроки**.



Щоб перевірити додаткову інформацію, пов'язану з вашими кроками, скористайтесь безелем або проведіть пальцем угору чи 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, особливості 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 значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Кроки**, а потім **Вибір цілі**.
- 3 Скористайтесь безелем або проведіть пальцем вгору або вниз по екрану, 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 значка «Здоров'я» () на екрані програм.

2 Торкніться **Вправа**.



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

3 Поверніть безель або проведіть пальцем ліворуч або праворуч по екрану, 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 **Запустити**, щоб почати виконувати вправу, для певних типів вправ.

4 Скористайтесь безелем або проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб перевірити на екрані тренування інформацію про вправи, як-от пульс, відстань або 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 змініте 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 закінчуєте 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 безелем або проведіть по екрану вгору або вниз після завершення вправи, щоб перевірити результати вправ.

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, струсніть 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 значка «Здоров'я» () на екрані програм.

2 Торкніться **Вправа**.

3 Скористайтесь безелем або проведіть по екрану ліворуч чи праворуч, щоб перейти до програми **Біг**.

4 Торкніться значка «Налаштування» () 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 30 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 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 значка «Здоров'я» () на екрані програм.

2 Торкніться **Вправа**.

3 Скористайтесь безелем або проведіть пальцем ліворуч або праворуч по екрані, 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 **Запустити** 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 безелем або проведіть пальцем вгору або вниз по екрану, щоб перевірити на екрані тренування інформацію про вправи, як-от пульс, кількість повторювань або 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 безелем або проведіть по екрану вгору або вниз після завершення вправи, щоб перевірити результати вправ.

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 значка «Здоров'я» () 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 значка «Здоров'я» () 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 Watch8 Classic)

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 кнопки «Налаштування» () на екрані програм, після чого торкніться **Кнопки й жести** → **Дія**.
- 2 Вибір **Samsung Health**.
Щоб вибрати вправу, яку хочете почати виконувати, чи список вправ, який відкриватиметься натисканням кнопки швидкого доступу, торкніться значка «Налаштування» ()
- 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 програми тренування, щоб перейти до наступного тренування. Якщо вправа остання, ви можете завершити тренування.

Налаштування тренувань

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вправа**.
- 3 Торкніться значка «Налаштування» () під кожним видом вправи й налаштуйте їхні параметри.
 - **Ціль:** увімкнення функції цілі вправи й встановлення її.
 - **Пауза за досягнення цілі:** налаштування годинника таким чином, щоб тренування зупинялося автоматично після досягнення цілі.
 - **Екран тренування:** задання екранів, які відображатимуться 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.
 - **Автовизначення тренувань:** увімкнення функції автоматичного розпізнавання вправ і її налаштування. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Функція автоматичного розпізнавання вправ](#).
 - **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 значка «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 тренуєтесь, і записує інформацію про вправу, як-от її вид, тривалість і кількість спалених калорій.

Якщо ви зупиняєтесь більш ніж на 90 секунд, годинник автоматично розпізнає зупинку й припиняє запис.



- Ви можете переглянути перелік вправ, що підтримуються функцією автоматичного розпізнавання вправ. На екрані програм торкніться значка «Здоров'я» (👤) і 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 значка «Здоров'я» (👤) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Тренування цього тижня**.
- 3 Скористайтесь безелем або проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб перевірити історію тренувань.

Тренер з бігу

Отримайте рекомендовану функцією «Тренер із бігу» програму відповідно до вашого рівня бігуна. Ви можете отримувати настанови під час тренування.

Визначення рівня бігуна

Перш ніж розпочинати тренування з функцією «Тренер із бігу», слід виконати тестову пробіжку, за результатами якої буде визначено ваш рівень бігуна.

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Тренер з бігу**.
- 3 Торкніться **Далі**.
На під'єднаному телефоні буде відкрито програму Samsung Health.
- 4 Торкніться **Приймаю**.
- 5 Уведіть потрібну інформацію, дотримуючись інструкцій на екрані, після чого торкніться **Далі**.
- 6 Торкніться **Запустити** на годиннику й розпочніть тестову пробіжку.
Після завершення тесту ви зможете перевірити визначений рівень бігуна.

Тренування з функцією «Тренер із бігу»

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Тренер з бігу**.
- 3 Торкніться потрібного тренування, після того торкніться **Запустити** → **Запустити**.
Ви отримуватимете настанови, що допоможуть підтримувати належний темп під час пробіжки.

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 перевіряти показники кожного виміряного 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 значка «Здоров'я» () на екрані програм після того, як прокинетесь.
- 3 Торкніться **Сон**.
- 4 Скористайтесь безелем або проведіть по екрану вгору або вниз і перевірте всю інформацію щодо відстежуваного сну.

Використання функції виявлення хропіння

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Налаштування** → **Сон**.
- 3 Торкніться **Виявлення хропіння**.
На під'єднаному 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 значка «Здоров'я» () 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 відображатимуться дані, виміряні за допомогою Galaxy Ring.

Ліки

Ви можете записувати приймання ліків і керувати ними, а також отримувати нагадування у запланований час. Крім того, ви можете перевіряти інформацію про ліки, збережену в програмі Samsung Health на під'єднаному телефоні, і керувати нею.



Доступність цієї функції залежить від країни.

Додавання інформації про ліки

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Ліки** → **Додати на телефон**.
На під'єднаному телефоні буде відкрито програму Samsung Health.
- 3 Торкніться **Запустити**.
- 4 Уведіть назву ліків у полі пошуку. Якщо потрібні ліки не знайдено, торкніться **Додати свої ліки** й уведіть назву вручну.
Якщо у вас є рецепт, торкніться **Використовувати зображ. рецепта** чи **Відсканувати рецепт камерою** й додайте назву ліків.
- 5 Уведіть інформацію про ліки, а також форму, стиль, графік тощо нагадування, дотримуючись інструкцій на екрані, і завершіть операцію додавання ліків.

Записування прийнятих ліків

Якщо вибрати **Стиль нагадування Помітне** чи **Дуже помітне**, можна отримувати сповіщення про необхідність приймання ліків у запланований час. Перетягніть значок «Прийняти» () за межі великого кола, щоб записати ліки, які ви прийняли. Інший спосіб: поверніть безель або проведіть по ньому проти годинникової стрілки.

Якщо вибрати **Стиль нагадування Малопомітне**, сповіщення про необхідність прийняти ліки з'являтиметься на панелі сповіщень. Торкніться панелі сповіщень і торкніться **Прийняти**.

Додавання запису про прийняті ліки за потреби

Ви можете додавати записи про ліки, прийняті за потреби.

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Ліки** → **Записуйте ліки за потреби**.
- 3 Торкніться **Час прийому**.

- 4 Торкніться поля введення і скористайтесь безелем або проведіть по екрані вгору чи вниз, щоб указати час приймання ліків.
- 5 Торкніться **Зберегти**.
- 6 Торкніться назви ліків, які ви прийняли, і торкніться **Прийняти**.
Торкнувшись назви ліків, можна також налаштувати дозування.

Видалення журналів

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Ліки**, після чого торкніться **Видал. об'єкти журн.**
- 3 Виберіть дані, який потрібно видалити, а потім торкніться **Видалити**.

Їжа

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

Реєстрація калорій

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Їжа**.
- 3 Торкніться **Увести**, торкніться потрібного виду приймання їжі вгорі екрана й виберіть потрібну опцію.
- 4 Скористайтесь безелем або проведіть по екрану вгору або вниз, щоб вказати споживання калорій, потім торкніться **Готово**.
- 5 Перевірка кількості калорій, спожитих упродовж дня.
Щоб перевірити додаткову інформацію, пов'язану з вашим споживанням калорій, скористайтесь безелем чи проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Видалення журналів

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () 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 значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Їжа**, а потім **Вибір цілі**.
- 3 Скористайтесь безелем або проведіть пальцем вгору або вниз по екрану, 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.



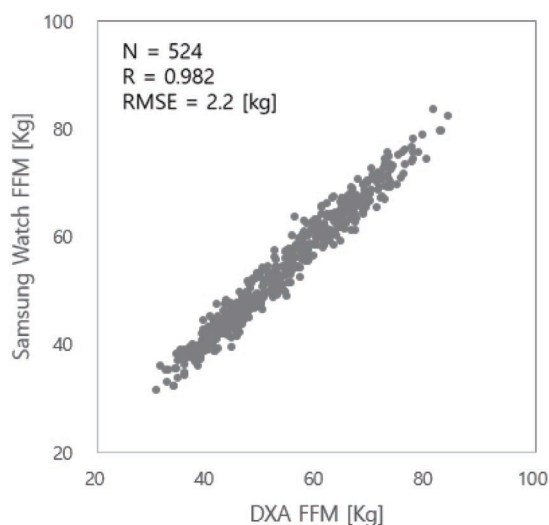
- Для точнішого вимірювання носіть годинник на нижній частині руки над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити годинник для точних вимірювань](#).
- Для точного вимірювання складу тіла необхідно ввести свої фактичні зріст, масу, стать у профілі програми Samsung Health на під'єднаному 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 спричиняють 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 значка «Здоров'я» (👤) на екрані програм.

2 Торкніться **Склад тіла**.

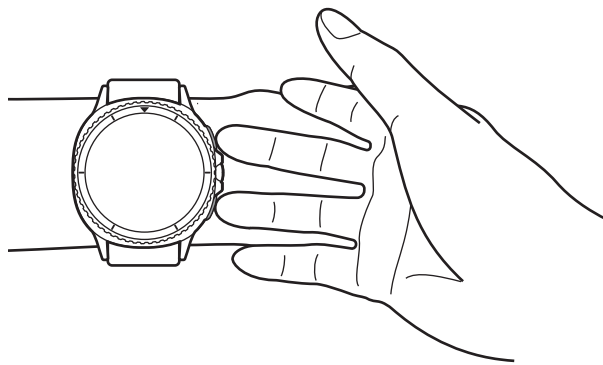
3 Торкніться **Виміряти**.



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.

- 6 Перегляньте результати вимірювання складу тіла на екрані.
Щоб перевірити додаткову інформацію, пов'язану з вашим складом тіла, скористайтесь безелем або проведіть пальцем угору чи вниз по екрані.

Майндфулнес

Керуйте своїм ментальним здоров'ям у повсякденному житті, записуючи свій настрій чи виконуючи дихальні вправи.

Записування настрою

Відстежуйте свій настрій у повсякденному житті й з'ясовуйте чинники, що впливають на ментальний стан.

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Усвідомлення настрою** в розділі **Майндфулнес**.
- 3 Торкніться **Записати** й запишіть свій настрій, дотримуючись інструкцій на екрані.

Виконання дихальних вправ

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Дихальні вправи** в розділі **Майндфулнес**.
- 3 Торкніться **Запустити** і виберіть потрібну дихальну вправу.
- 4 Розпочніть виконання дихальної вправи, дотримуючись інструкцій на екрані.
Щоб припинити виконання дихальної вправи, торкніться значка «Припинити» ().

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)
- Деякі функції можуть бути недоступні залежно від моделі.

Уведення інформації про менструальний цикл

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Відстеження циклів**.
- 3 Торкніться **Дод. менстр.**
- 4 Торкніться поля введення і скористайтесь безелем чи проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб установити дату початку менструації.
- 5 Торкніться **Зберегти**.
- 6 Щоб перевірити додаткову інформацію, пов'язану з відстеженням циклу, скористайтесь безелем або проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Прогнозування менструального циклу за допомогою вимірювання температури шкіри

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Налаштування**.
- 3 Торкніться **Прогнозування менструації за допомогою даних температури шкіри**.
На під'єднаному телефоні буде відкрито програму Samsung Health, і увімкнеться функція **Прогнозування менструації за допомогою даних температури шкіри**.



- Якщо додатково до годинника на вас надітий 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.

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 пульсу 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 пульсу.
- 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 значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Пульс**.
- 3 Торкніться **Виміряти**, щоб розпочати вимірювання пульсу.
- 4 Перегляньте виміряний пульс на екрані.
Щоб переглянути додаткову інформацію, пов'язану з вашим пульсом, скористайтесь безелем або проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Змінення налаштувань вимірювання пульсу

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Пульс**.
- 3 Торкніться **Налаштування** і виберіть метод вимірювання в параметрі **Вимірювання**.
 - **Постійне вимірювання**: пульс буде вимірюватись постійно.
 - **Кожні 10 хвилин**: пульс буде вимірюватись що 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 значка «Здоров'я» () 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 біопоказники, 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 значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Стрес**.
- 3 Торкніться **Виміряти**, щоб розпочати вимірювання рівня стресу.
Перегляньте вимірний рівень стресу на екрані.

Зменшення стресу за допомогою функції «Майндфулнес»

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Стрес**.
- 3 Торкніться **До майндфулнес**, розпочніть записувати ваш настрій і виконувати дихальні вправи. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Майндфулнес](#).

Змінення налаштувань вимірювання стресу

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Стрес**.
- 3 Торкніться **Налаштування** і виберіть метод вимірювання в параметрі **Вимірювання**.
 - **Постійне вимірювання**: рівень стресу буде вимірюватися постійно. Ви також можете отримувати сповіщення, якщо ваш рівень стресу продовжує визначатися як **Високий** упродовж тривалого періоду.
 - **Лише вручну**: рівень стресу буде вимірюватися вручну лише за торканням до кнопки **Виміряти**.

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.

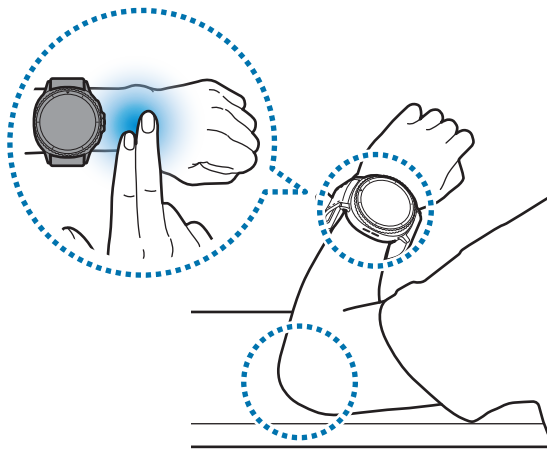
Вимірювання рівня насиченості крові киснем вручну

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» (👤) 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. Також поставте лікоть на стіл і розташуйте зап'ястя ближче до серця.



- Не рухайтесь 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 більше отворів і 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.
- 4 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 значка «Здоров'я» () 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.

Вода

Запис і відстежування кількості випитої води.

Запис споживання води

- 1 Торкніться значка «Здоров'я» () 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 значка «Здоров'я» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вода** → **Вибір цілі**.
- 3 Скористайтесь безелем або проведіть пальцем вгору або вниз по екрану, щоб встановити щоденну ціль.
- 4 Торкніться **Готово**.

Показник AGE

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 Watch8 Classic та Galaxy Watch8 можуть вимірювати показник AGE, що накопичуються на шкірі, за допомогою вдосконаленого оптичного сенсора біосигналу. 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 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-гідрокси кислоти (АНА)
 - Бета-гідрокси кислоти (ВНА)
 - Деякі ефірні олії (наприклад, цитрусова олія)
 - Деякі ліки та рослинні екстракти
- Якщо ви не бажаєте вимірювати показник AGE, на екрані програм торкніться значка «Здоров'я» (🌍) → **Налаштування**, і потім торкніться перемикача **Показник AGE (Labs)** у розділі **Вимірювання**, щоб вимкнути цю функцію.

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.

Вимірювання ваших кінцевих продуктів глікації (AGE) під час сну

- 1 Лягайте спати, вдягнувши годинник.

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

- 2 Торкніться значка «Здоров'я» () на екрані програм після того, як прокинетесь.

- 3 Торкніться **Показник AGE**.

- 4 Скористайтесь безелем чи проведіть пальцем по екрану 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 мерехтливих оптичних сенсорів біосигналу.
- Годинник може вимірювати показник AGE, навіть якщо ви не спите, оскільки він може вважати, що ви в стані сну, наприклад, коли ви читаєте книгу чи переглядаєте телевізійні програми або фільми.
- Надівайте годинник щільно, щоб під час перевертання уві сні між годинником і зап'ястям не виникало зазору.

Судинне навантаження

Ви можете контролювати загальний стан здоров'я та стиль життя, відстежуючи зміни показника судинного навантаження.



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 судинне навантаження під час сну:

Ви можете отримати точніші результати вимірювання судинного навантаження, 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.
- Для точних вимірювань надягайте годинник щільно навколо нижньої частини руки над зап'ястям, залишаючи місце на ширину двох пальців.
- 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 вживайте надмірної кількості алкоголю чи їжі, а також не виконуйте інтенсивні фізичні вправи перед сном.

Перш ніж вимірювати судинне навантаження, необхідно встановити базове значення.

Ви зможете спостерігати за відносними змінами показника судинного навантаження після встановлення базового значення, визначеного за результатами вимірювання вашого судинного навантаження.

Під час першого використання цієї функції необхідно лягати спати з надітим на руку годинником упродовж щонайменше трьох ночей протягом наступних чотирнадцяти днів. Для отримання точних результатів вимірювання безперервний сон має тривати щонайменше 4 години. У разі зміни стилю життя, як-от збільшення кількості тренувань чи початок приймання ліків, необхідно повторно встановити базове значення, що якнайточніше відображає поточний стан вашого здоров'я.



- Під час установлення базового значення дотримуйтеся звичайного стилю життя, щоб точно визначити стан свого здоров'я.
- Базове значення зберігається тільки на годиннику й не синхронізується із під'єднаним телефоном. У разі зміни годинника базове значення потрібно встановити повторно.

Вимірювання судинного навантаження під час сну

- 1 Лягайте спати, вдягнувши годинник.
Судинне навантаження вимірюватиметься автоматично щоразу, коли ви лягаєте спати, надівши годинник.
 - 2 Торкніться значка «Здоров'я» (🧑) на екрані програм після того, як прокинетесь.
 - 3 Торкніться **Судинне навантаження** і перевірте, наскільки ваш сьогоднішній показник судинного навантаження відрізняється від базового значення.
Щоб перевірити докладну інформацію, яка стосується функції «Судинне навантаження», на під'єднаному телефоні, торкніться **Показувати на телефоні**.
-  Надівайте годинник щільно, щоб під час перевертання уві сні між годинником і зап'ястям не виникало зазору.

Антиоксид. індекс

Перевірте свій рівень оксидантного стресу, вимірявши антиоксидантний індекс.

-  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.
- 1 Торкніться значка «Здоров'я» (🧑) на екрані програм.
 - 2 Торкніться **Антиоксид. індекс**.
 - 3 Зніміть годинник із зап'ястя і торкніться **Виміряти**.
 - 4 Торкніться **ОК** на телефоні.
За процесом вимірювання можна стежити в програмі Samsung Health на під'єднаному телефоні.
 - 5 Дотримуючись інструкцій на екрані, міцно притисніть подушечку великого пальця до оптичного сенсора біосигналу, розташованого в центрі заднього боку годинника.
 - 6 Перегляньте результати вимірювання антиоксидантного індексу на екрані.
-  Для отримання точних результатів вимірювання слід зачекати щонайменше 10 секунд, перш ніж вимірювати антиоксидантний індекс повторно.

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 значка «Здоров'я» () на екрані програм.

2 Торкніться **Together**.

Щоб перевірити докладну інформацію, яка стосується функції Together, на під'єднаному телефоні торкніться **Показувати на 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 значка «Здоров'я» () на екрані програм і торкніться **Налаштування**.

- **Загальні:** налаштування отримання сповіщень, які заохочують до досягнення щоденних показників активності, а також сповіщень про успішне досягнення таких показників.
- **Вимірювання:** налаштування способу вимірювання частоти пульсу й стресу, а також увімкнення чи вимкнення додаткових функцій, які проводять вимірювання під час сну.
- **Відстеження циклів:** 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.
- Не використовуйте програму Samsung Health Monitor для вимірювання артеріального тиску під час вагітності, оскільки результати 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 рухайтесь 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 °C, 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 значка Samsung Health Monitor () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Артер. тиск** → **Відкр.програму**.
На вашому телефоні буде відкрито програму Samsung Health Monitor.
- 3 Прочитайте умови й торкніться **Приймаю**.
- 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 значка 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

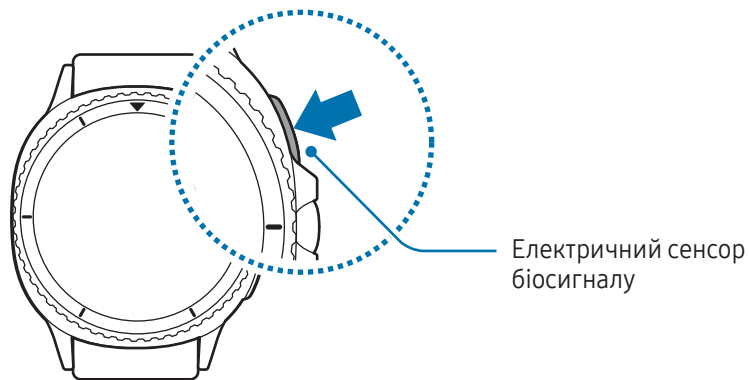
Перед вимірюванням ЕКГ увійдіть у свій профіль у програмі Samsung Health Monitor. Якщо ви не увійдете в профіль, ви не зможете виміряти ЕКГ.

- 1 Торкніться значка Samsung Health Monitor (📶) на екрані програм.
- 2 Торкніться **ЕКГ → Відкр.програму**.
На вашому телефоні буде відкрито програму Samsung Health Monitor.
- 3 Прочитайте умови й торкніться **Приймаю**.
- 4 Введіть інформацію свого профілю, як-от ім'я, стать і день народження, і торкніться **Продовжити**.
- 5 Торкніться **Налаштувати ЕКГ** 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 значка Samsung Health Monitor (📶) на екрані програм.
- 2 Торкніться **ЕКГ → ОК** 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.

- 3 Перевірте результати ЕКГ на екрані. 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.

- **Синусовий ритм:** нормальний ритм серцебиття, який становить від 50 до 100 уд/хв.
- **Фібриляція передсердь:** тип аритмії, коли серце б'ється нерегулярно. Зверніться до свого лікаря.
- **Фібриляція передсердь із високим пульсом:** якщо пульс становить 100 до 150 уд/хв, а хвиля ЕКГ класифікується як **Фібриляція передсердь**. Зверніться до свого лікаря.
- **Високий пульс:** якщо пульс становить 100 до 150 уд/хв, а хвиля ЕКГ класифікується як **Синусовий ритм**. Зверніться до свого лікаря, якщо результати вимірювання постійно мають значення **Високий пульс**, а ваш пульс у стані спокою набагато вищий, ніж звичайно.
- **Неоднозначно:** результат не свідчить ані про **Синусовий ритм**, ані про **Фібриляція передсердь** і відповідає одному з таких станів:
 - Передчасні скорочення шлуночків (PVC)
 - Якщо пульс становить менш ніж 50 чи більш ніж 150 уд/хв.
 - Якщо пульс нерівний, але не є ознакою **Фібриляція передсердь**.

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



Зверніться до свого лікаря, якщо результат **Неоднозначно** або **Неякісний запис** з'являється постійно, і 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 дриґом, можливо, аналіз ЕКГ проводиться не як належить. Торкніться значка «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.

Використання функції сповіщення про нерегулярний серцевий ритм

Якщо ваш годинник постійно виявляє нерегулярне серцебиття за допомогою функції сповіщення про нерегулярний серцевий ритм, він визначить ознаки, які вказують на **Фібриляція передсердь**. У цьому випадку годинник відобразить сповіщення про виявлення нерегулярного серцевого ритму й запропонує провести вимірювання ЕКГ. За допомогою цієї функції ви можете отримати допомогу щодо реагування на потенційні ризики, пов'язані зі здоров'ям вашого серця.

Торкніться **Зроб. ЕКГ**, коли з'явиться екран нерегулярного серцевого ритму, і виміряйте ЕКГ.



- Після вимірювання ЕКГ ви можете ввімкнути або вимкнути цю функцію в програмі Samsung Health Monitor на своєму телефоні.
- Доступність цієї функції залежить від країни.

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 значка Samsung Health Monitor () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Апное уві сні** → **ОК**.
На вашому телефоні буде відкрито програму Samsung Health Monitor.
- 3 Прочитайте умови й торкніться **Приймаю**.
- 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 значка Samsung Health Monitor () на екрані програм.
 - 2 Торкніться **Апное уві сні** → **Продовжити**. Потім торкніться повзунка функції **Відстеження апное уві сні**, щоб увімкнути її.
 - 3 Торкніться **ОК** і лягайте спати, надівши годинник, упродовж двох ночей 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.



Не використовуйте функцію контролю апное уві сні повторно, доки не проконсультуєтесь 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 значка «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

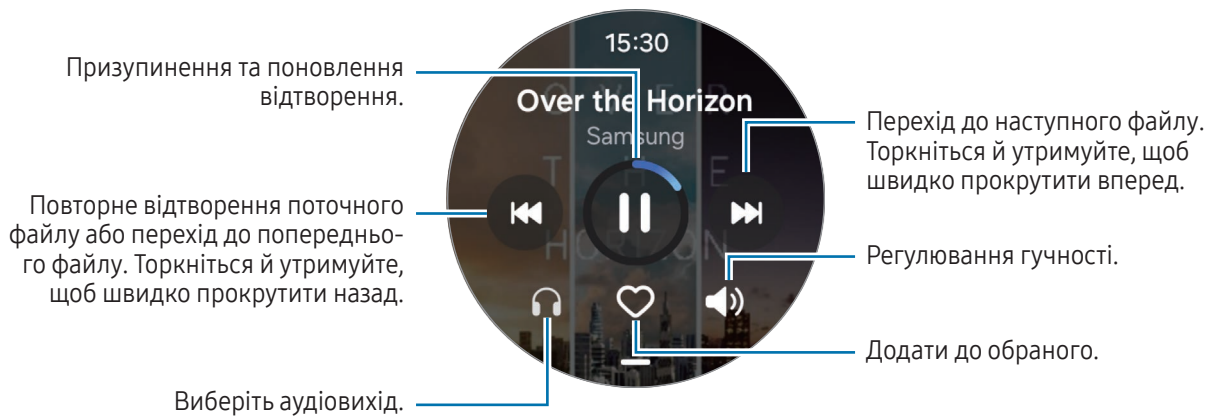
Вступ

Прослуховування музики, збереженої на годиннику.

Використання музики

Торкніться значка «Музика» (🎵) на екрані програм.

Потягніть значок «Черга» (—) 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 значка «Додати» (+), 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 значка «Налаштування» (⚙️) → **Додаткові функції**, а потім торкніться повзунка **Автозапуск керування медіа** для його активації.

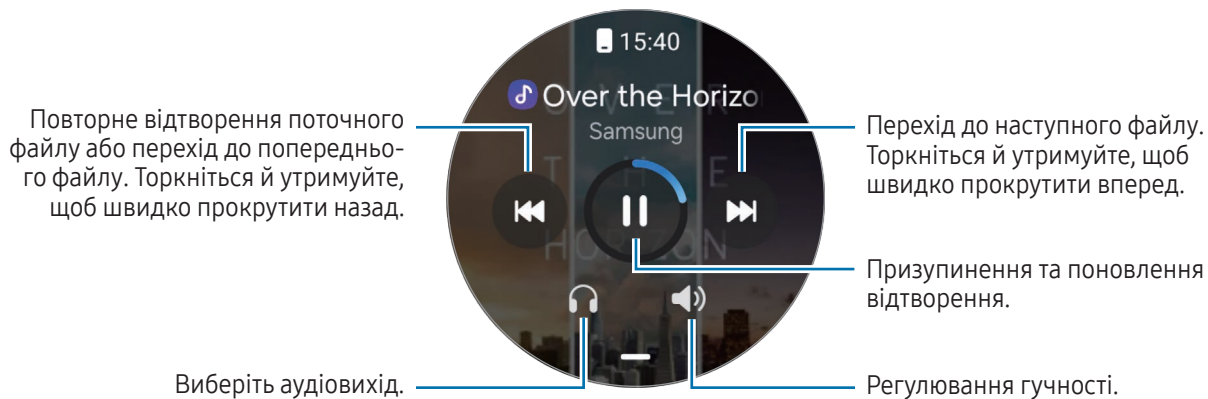
Керування музичним плеєром

1 Торкніться значка «Керування 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 значка «Керування мультимедіа» (🎵) на екрані програм.

Ви можете керувати відеопрогравачем за допомогою годинника.

Reminder

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



- Для використання нагадувань про місцезнаходження необхідно ввімкнути функцію GPS. Доступність нагадувань за розташуванням залежить від моделі.
- Усі нагадування на годиннику будуть автоматично синхронізуватися з під'єднаним телефоном, так що ви також зможете отримувати сповіщення від телефона й переглядати їх.

Використання функції нагадування

Торкніться значка «Нагадування» (✓) на екрані програм.

- Щоб створити нагадування, торкніться значка «Створити нагадування» (+).
- Щоб припинити нагадування, торкніться значка «Завершити» (○) або виберіть нагадування і торкніться **Завершити**.
- Щоб відновити нагадування торкніться значка «Меню навігації» (✓) → **Завершено**, виберіть нагадування, яке необхідно відновити, і потім торкніться **Віднов.**
- Для видалення нагадування торкніться нагадування і, утримуючи його, 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 значка «Календар» (7) на екрані програм і торкніться значка «Додати подію» (+).
- 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 значка «Місяць» (☞) і скористайтеся безелем чи проведіть пальцем по екрану вгору чи вниз, щоб перейти до потрібного місяця.

Bixby

Асистент Bixby — це інтерфейс користувача, що допоможе вам користуватися годинником ще зручніше. Ви можете промовляти до Bixby. Bixby 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.
- Bixby доступний тільки на деяких мовах, і певні функції можуть бути недоступними залежно від регіону.

Пробудження Bixby

Натиснувши й утримуючи кнопку «Головна», скажіть Bixby, що вам потрібно. Для використання цієї функції торкніться значка «Налаштування» (⚙️) на екрані програм, торкніться **Кнопки й жести**, торкніться **Довге натискання** в розділі **Кнопка «Головна»** і потім виберіть **Bixby**.

Або скажіть фразу для пробудження, як-от «Hi, Bixby» чи «Bixby», і далі, що вам потрібно.

Налаштування фрази для пробудження

- 1 Торкніться значка «Налаштування» (⚙️) на екрані програм, після чого торкніться **Додаткові функції** → **Bixby**.
- 2 Торкніться **Пробудження голосом** → **Фраза пробудження** і виберіть потрібну фразу пробудження.

Погода

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

Торкніться значка «Погода» (☀️) на екрані програм.

Щоб перевірити інформацію про погоду, наприклад інформацію про погоду в певний час або тиждень, скористайтесь безелем або проведіть 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 телефону 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 Торкніться значка «Будильник» () на екрані програм.
- 2 Торкніться **Дод. на годин.**, щоб встановити будильники, які спрацювуватимуть лише на вашому годиннику.
Ви також можете додати будильник з приєднаного телефона, торкнувшись **Дод. в телефоні**.
- 3 Торкніться поля введення, скористайтесь безелем або проведіть по екрані вгору або вниз, щоб вказати 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 значок «Припинити» () за межі великого кола, щоб вимкнути будильник. Інший спосіб: поверніть безель або проведіть по ньому за годинниковою стрілкою.

Для використання функції відкладення будильника перетягніть значок «Відкласти» () за межі великого кола. Інший спосіб: поверніть безель або проведіть по ньому проти годинникової стрілки.

Видалення будильників

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

Світовий час

Торкніться значка «Світовий годинник» () на екрані програм, щоб переглянути світові годинники, додані з телефона.

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 значка «Таймер» () на екрані програм.
- 2 Торкніться значка «Власний» ()
- 3 Торкніться поля введення, скористайтесь безелем або проведіть по екрану вгору чи вниз, щоб указати тривалість, і торкніться значка «Пуск» ()



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

Вимкнення таймера

Перетягніть значок «Припинити» () за межі великого кола, коли час таймера закінчиться. Інший спосіб: поверніть безель або проведіть по ньому за годинниковою стрілкою.

Щоб перезапустити таймер, перетягніть значок «Повторити» () за межі великого кола. Інший спосіб: поверніть безель або проведіть по ньому проти годинникової стрілки.

Секундомір

- 1 Торкніться значка «Секундомір» () на екрані програм.
- 2 Виберіть потрібний стиль секундоміра, скориставшись безелем або проводячи вліво чи вправо по екрані.
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 значка «Проміжок» ()

4 Торкніться **Стоп** або значка «Стоп» (⏸), щоб зупинити вимірювання часу.

- Щоб перезапустити вимірювання, торкніться **Поновити** або значка «Відновити» (▶).
- Щоб видалити часові проміжки, торкніться **Скидання** або значка «Скинути» (⏻).



На екрані програм торкніться значка «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 Watch8 Classic)

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**.

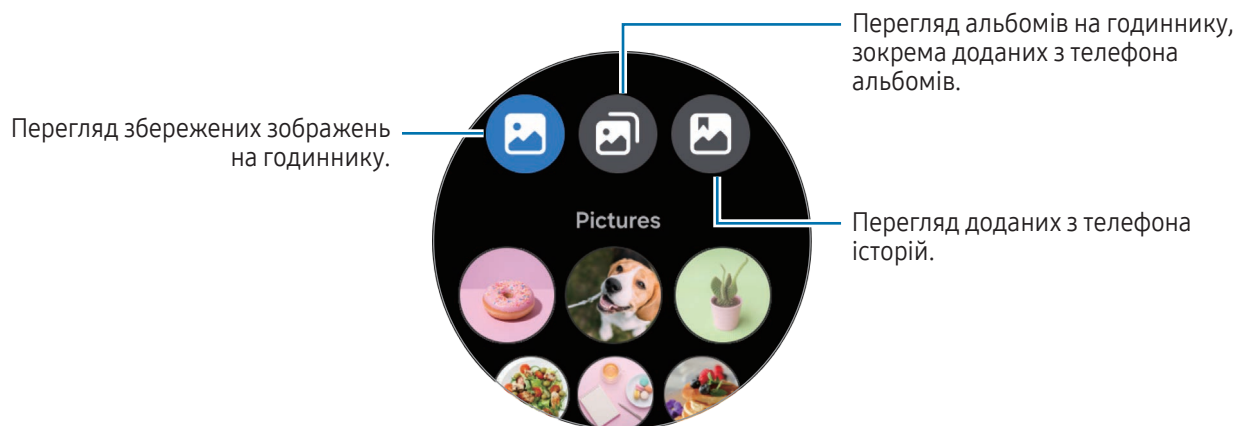
З'являться зображення, збережені на годиннику й відсортовані за категоріями.

- Щоб надіслати зображення з телефона на годинник, торкніться значка «Додати» (+), 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 значка «Галерея» (🌸) на екрані програм.



Перегляд зображень

Перевірка й керування зображеннями, збереженими на годиннику.

- 1 Торкніться значка «Галерея» (🌸) на екрані програм.
- 2 Виберіть категорію.
- 3 Скористайтесь безелем або проведіть 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, персоналізуювши його за допомогою зображень. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Персоналізація циферблата годинника за допомогою зображень](#).

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

Видалення зображень

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

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. Діліться своїм місцезнаходженням з іншими людьми, для яких ви попередньо налаштували цю функцію.



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

Пошук людей

- 1 Торкніться значка «Знайти» (📍) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Люди**.
- 3 Виберіть людину, яку хочете знайти, зі списку.
На мапі буде вказано місцезнаходження цієї людини. Торкніться значка «Додаткова інформація» (⋮), щоб дізнатися точне місцезнаходження.

Пошук моїх пристроїв

- 1 Торкніться значка «Знайти» (📍) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Пристрої**.
- 3 Виберіть пристрій, який хочете знайти, зі списку.
Місце знаходження вашого пристрою буде позначено на мапі. Торкніться значка «Додаткова інформація» (⋮), щоб дізнатися точну адресу.

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 **Сигнал SOS 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 значок «Екстрені виклики» () за межі великого кола. Інший спосіб: поверніть безель або проведіть по ньому проти годинникової стрілки.

Ваш екстрений контакт отримає виклик.
 - 3 Коли виклик здійснено, перетягніть значок «Пуск» () за межі великого кола. Інший спосіб: поверніть безель або проведіть по ньому 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 значок «Скасувати» () за межі великого кола на екрані запиту на екстрене повідомлення. Інший спосіб: поверніть безель або проведіть по ньому за годинниковою стрілкою.
 - Якщо функція **Сигнал SOS екстреним контактам** вимкнена, повідомлення з вашим поточним місцем знаходження не буде відправлене екстреним контактам.

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 **Сигнал SOS 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 **Сигнал SOS екстреним контактам** вимкнена, повідомлення з вашим поточним місцем знаходження не буде відправлено 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 «Екстрене сповіщення» (🚨). Ви можете перевірити статус обміну на панелі сповіщень.

Щоб припинити надання інформації про своє місцезнаходження, торкніться панелі сповіщень, а тоді торкніться **Зупинити надс.** → і торкніться значка ОК (✅).



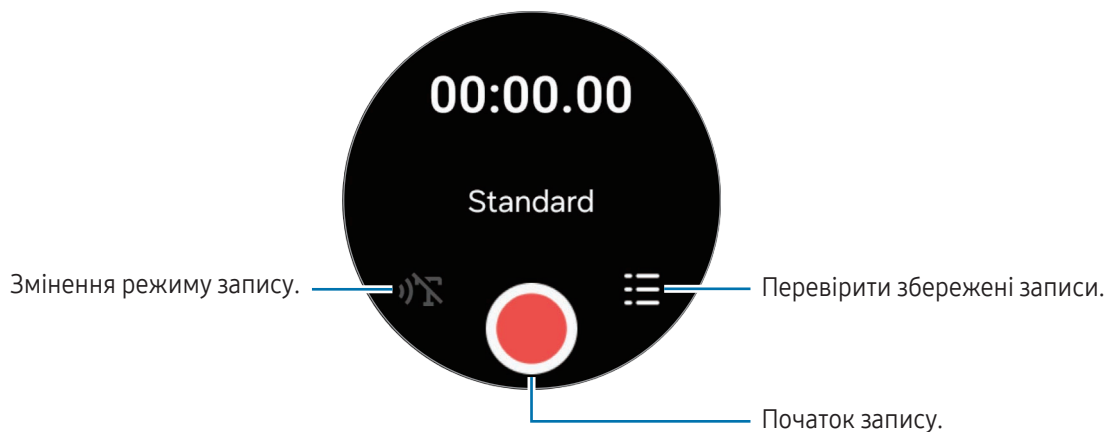
Якщо не припинити надсилання екстрених повідомлень, додаткові повідомлення, що містять інформацію про ваше місцеположення, надсилатимуться заздалегідь визначеним контактам щонайменше 15 хвилин упродовж 24 годин після відправлення першого екстреного повідомлення. Утім, повідомлення надсилатимуться, тільки 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 значка «Диктофон» (🎤) на екрані програм.
- 2 Торкніться значка «Запис» (●), щоб почати записування. Говоріть у мікрофон годинника. Щоб призупинити записування, торкніться значка «Призупинити» (⏸).



3 Торкніться значка «Зупинити» (■), щоб завершити записування.

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



Записані аудіофайли з вашого годинника автоматично синхронізуються з під'єднаним телефоном і транскрибуються 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 значка «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 значка «Калькулятор» (🧮) на екрані програм.

Торкніться значка «Історія» (🕒) та перевірте історію обчислень. Щоб очистити історію, торкніться **Очистити**.

Перетягніть значок «Допоміжна панель» (—) угору, щоб обчислити чайові або скористатися інструментом перетворення одиниць вимірювання.

Компас

Ви можете використовувати свій годинник як компас.

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

Перетягніть значок «Додаткова інформація» () угору, 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 значка «Керування Buds» () на екрані програм.

Керування камерою

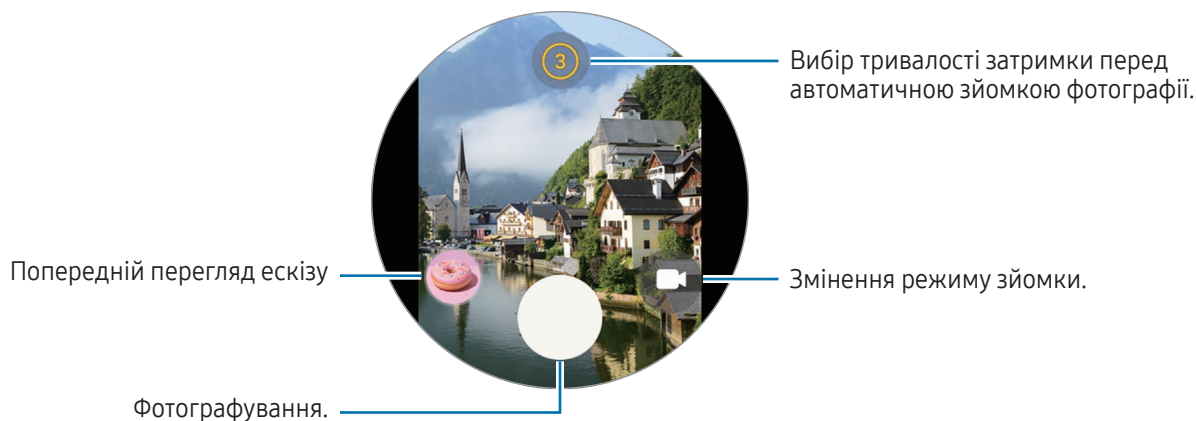
Ви можете дистанційно керувати камерами телефона, під'єданого до годинника, і робити фотографії або записувати відео на відстані.



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

Фотографування

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



Записування відео

- 1 Торкніться значка «Керування камерою» (📷) на екрані програм.
На під'єданому телефоні відкриється програма камери.
- 2 Торкніться значка «Відео» (📹), щоб змінити режим знімання на відео, після чого торкніться значка «Почати запис» (🔴), щоб записати відео.
Щоб зробити фотографію під час відеозйомки, торкніться значка «Зняти» (📷).
- 3 Торкніться значка «Зупинити запис» (⏏), що зупинити запис 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 значка 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 торкаєтесь **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.
- **Gemini:** спілкування з Gemini для використання різних функцій, як-от пошук інформації чи написання контенту.



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

Налаштування

Вступ

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

Торкніться значка «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

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.

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.

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.

Щоб визначити програму за умовчанням, відкрийте екран налаштувань і торкніться **Підключення** → **NFC й безконтактні платежі** → **Програма-гаманець за замовчуванням**, 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 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.

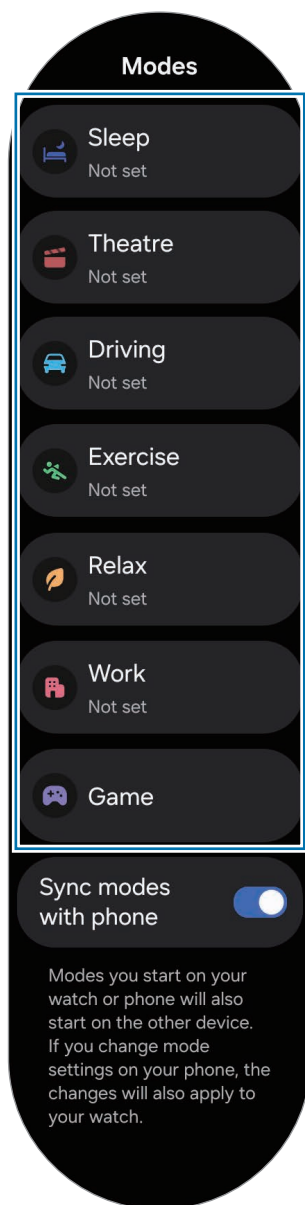
Режими й сценарії

Використання режимів

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

На екрані налаштувань торкніться **Режими й сценарії** → **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.

Використання регулярних операцій

Увімкніть чи вимкніть синхронізацію здійснюваних уручну регулярних операцій з під'єднаним телефоном. Наприклад, ви можете змінити налаштування звуку.

На екрані налаштувань торкніться **Режими й сценарії → Сценарії**.

1 Виберіть потрібну регулярну операцію і торкніться **Розпочати**.

Якщо регулярні операції не було створено, торкніться **Додати на телефоні** й додайте здійснювану вручну регулярну операцію на під'єднаному телефоні.

2 Щоб зупинити виконання регулярних операцій, торкніться **Зупинити**.

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

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.

Сповіщення

Змінення налаштувань сповіщень.

На екрані налаштувань торкніться **Сповіщення**.

- **Сповіщення від програм:** вибір телефона або програми годинника, щоб отримувати сповіщення на годинник.
- **Сповіщення з телефона на годиннику:** налаштування способу отримання сповіщень із телефона під час носіння годинника.
- **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.

Екран

Змінення налаштувань екрана.

На екрані налаштувань торкніться **Екран**.

- **Яскравість:** регулювання яскравості екрана.
- **Адаптивна яскравість:** налаштування годинника для відстеження регулювання яскравості й автоматичне їх застосовування 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 увімкнете 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 ввімкнеться.
- **Захист батареї:** налаштування годинника так, щоб зупиняти заряджання акумулятора, щойно він зарядиться до певного рівня, і відновлювати його заряджання, щойно рівень заряду знизиться до певного значення.
- **Показувати інф. про заряджання:** активація відображення на годиннику інформації про рівень заряду, коли екран вимкнений під час заряджання.
- **Автоввімкн. 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 \(Galaxy Watch8 Classic\)](#). (Galaxy Watch8 Classic)
- **Кнопка «Головна»:** вибір програми або функції, що запускатиметься подвійним натисканням або натисканням та утримуванням 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. Також можна відкрити панель Now Bar, що розташована внизу екрана годинника.
- **Тряска:** налаштування увімкнення певних функцій, як-от відхилення голосових викликів чи сповіщень, двома обертальними рухами зап'ястям, на якому ви носите годинник.
- **Стук-стук:** налаштування увімкнення певних функцій подвійним згинанням і розгинанням зап'ястя, на якому ви носите годинник.

Health

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

На екрані налаштувань торкніться **Health**.

- **Загальні:** налаштування отримання сповіщень, які заохочують до досягнення щоденних показників активності, а також сповіщень про успішне досягнення таких показників.
- **Вимірювання:** налаштування способу вимірювання частоти пульсу й стресу, а також увімкнення чи вимкнення додаткових функцій, які проводять вимірювання під час сну.
- **Відстеження циклів:** 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.
- **Паролі, ключі доступу й автоматичне заповнення:** зміна бажаного сервісу або керування всіма сервісами для паролів, ключів доступу та автозаповнення.
- **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**.

- **Цифровий 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.
- **Менеджер паролів:** синхронізування паролів, збережених в обліковому записі Google на інших пристроях, із вашим годинником. Ви також можете автоматично виконувати вхід у програми й на вебсайти безпосередньо з вашого годинника.

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 ввімкнено режим блокування у воді.
- **Індикатори статусу:** зміна налаштувань дисплею на значки-індикатори стану вгорі екрана годинника.
- **Стиль Now bar:** налаштування стилю відображення панелі Now Bar внизу екрана годинника.
- **Автозапуск керування медіа:** активація автоматичного відкриття програми **Контролер мультимедіа** на годиннику під час відтворення музики чи відео на під'єднаному телефоні.
- **Показувати Now bar під час відтворення на телефоні:** налаштування відображення значка відтворення внизу екрана годинника під час відтворення музики чи відео на під'єднаному телефоні.
- **Bixby:** асистент Bixby — це інтерфейс користувача, що допоможе вам користуватися годинником ще зручніше. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Bixby](#).

Обслуговування пристрою

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

На екрані налаштувань торкніться **Обслуговування пристрою**.

- **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. (Galaxy Watch8)
- **Перетворення тексту на мовлення:** зміна налаштувань функцій перетворення тексту на мовлення, що використовуються за увімкненої функції TalkBack, як-от мова, швидкість тощо.
- **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.

- **Клавіатура Samsung:** змінення налаштувань клавіатури Samsung.
- **Список доступних клавіатур і стандартна:** вибір клавіатури за замовчанням і зміна налаштувань клавіатури.
- **Швидкі відповіді:** налаштування використання відповідей-емодзі чи пропонованих варіантів відповіді на годиннику, а також користувацьких функцій відповіді, синхронізованих із 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 спеціальних можливостей, 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.

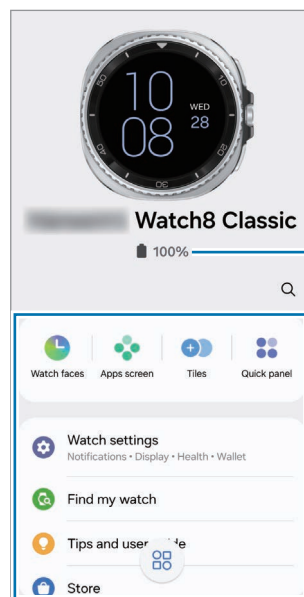
Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.

Для пошуку налаштувань за ключовими словами торкніться значка «Пошук» (Q). Також можна шукати налаштування, вибираючи мітки з-поміж **Пропозиції**.

Для налаштування програми Galaxy Wearable торкніться значка «Усі пристрої» (☰) → значок «Додаткові опції» (⋮), після чого 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 телефона, або ж під'єднати новий пристрій, скориставшись для цього програмою Galaxy Wearable.

Керування під'єднаним пристроєм

На екрані програми Galaxy Wearable на телефоні торкніться значка «Усі пристрої» ()

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 значка «Від'єднати» () 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 програми Galaxy Wearable на телефоні торкніться значка «Усі пристрої» ()

2 Торкніться значка «Додати новий пристрій» () і 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 значка «Додаткові опції» () → **Видалити пристрій**, виберіть пристрій і потім торкніться **Видалення**.

Циферблати

Змінення циферблата, відображеного на екрані годинника.

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

Виберіть потрібний циферблат і торкніться **Налаштувати** чи значка «Персоналізувати» () , 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 значка «Персоналізувати» ().
- 4 Торкніться **Фонове зображення** → **Камера**.
Щоб вибрати збережене на вашому телефоні зображення, торкніться **Галерея**.
- 5 Торкніться значка «Зробити фото» () , щоб зробити фото, після чого 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 годинника з аватаром Galaxy

Створіть циферблат із власним аватаром.



Ця функція доступна лише на телефонах Samsung, які підтримують функції «Аватар Galaxy».

- 1 На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Циферблати**.
- 2 Виберіть опцію **Аватар Galaxy** в розділі **Анімований**.
- 3 Торкніться значка «Персоналізувати» (🔧).
- 4 Торкніться **Персонаж**.
- 5 Торкніться значка «Додати» (+) і дотримуйтеся вказівок на екрані, щоб створити власний аватар.
- 6 Виберіть створений аватар у розділі **Інші аватари** для передавання його на годинник.
- 7 Торкніться **Зберегти**.
Циферблат буде замінено циферблатом з аватаром Galaxy.

Екран програм

Упорядкування програм на екрані програм і змінення стилю розташування програм. Екран програм також можна налаштувати так, щоб на ньому відображалися програми, вибрані на основі того, як ви використовуєте годинник.

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

Щоб упорядкувати програми, торкніться програми й, утримуючи її, перетягніть у потрібне положення.

Картки

Налаштування карток і віджетів на годиннику й керування ними.

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

Додавання і видалення карток

Торкніться значка «Додати картки» (+), виберіть віджети, які треба додати, у розділі **Програми Samsung** і потім торкніться **Зберегти**.

Щоб видалити віджет, торкніться значка «Видалити» (−) на віджеті, який потрібно видалити, і торкніться **Зберегти**. Якщо картка не має віджета, її буде видалено автоматично.

Змінення порядку відображення

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

Щоб змінити місце розташування віджета на картці, торкніться віджета та, утримуючи його, 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

Щоб додати значок швидких налаштувань, торкніться значка «Додати» (+) у розділі меню **Доступні кнопки**, а потім торкніться **Зберегти**. Щоб видалити значок, торкніться значка «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 й сценарії

Налаштування синхронізації режиму сну на годиннику й телефоні.

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

- **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.

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».

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'єднаного з ним телефона.

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

Використовуйте різні зручні функції в Samsung Wallet.

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



Доступність цієї функції залежить від регіону або моделі або з'єднаного 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**. Щоб отримати додаткову інформацію про інші функції додатково до перелічених, див. [Програми](#) у розділі «Програми та функції».

- **Налаштування програм:** зміна детальних налаштувань деяких програм годинника.

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 годинника

Що знайти ваш годинник, скористайтесь програмою Galaxy Wearable, функцією SmartThings Find у програмі SmartThings 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'єднаному 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 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 значок «Припинити сповіщення» (ⓧ) за межі великого кола. Або скористайтесь безелем. Ви також можете зупинити його, торкнувшись **Зупинити** на телефоні.

Віддалене керування годинником

У разі втрати чи викрадення вашого годинника торкніться **Пошук 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 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 функції програми Samsung Find, які дають змогу здійснювати пошук 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 значка «Налаштування» (⚙️) → **Екран** → **Час очікування екрана** і виберіть проміжок часу, який пристрій очікуватиме перед тим, як вимкнути екран.
 - Для того щоб екран регулював яскравість автоматично залежно від умов довкілля, на екрані програм годинника торкніться значка «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 значка «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



Сповіднення: 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 nereкомендованих 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

- 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.

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 °C. 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.
- Гібридний ремінець не є водотривким. Не купайтеся та не приймайте душ під час використання гібридного ремінця.
- Гібридний ремінець може створювати скрипливий звук у місці кріплення до годинника через властивості шкіряного матеріалу. Таке явище є нормальним, його можна усунути нанесенням засобу для догляду за шкірою на ремінець у точці кріплення.
- Уникайте впливу прямого сонячного проміння, хімічних речовин, гарячого або вологого середовища й води на гібридний ремінець годинника. Колір і форма гібридного браслета можуть змінитися, якщо ви це допустите. Якщо він мокрий, негайно протріть його м'якою тканиною без ворсу й висушіть у добре провітрюваному та затіненому місці.
- Якщо ваш гібридний ремінець забруднився, протріть його м'якою тканиною без ворсу. При необхідності злегка змочіть тканину зі свіжою водою.



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 годиннику; 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 поведження 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.
- Перезавантажте 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 клавiш, 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 клавiш або «зависає», можливо, знадобиться закрити програми або вимкнути пристрій і потім увімкнути знову.

Примусове перезавантаження

Якщо годинник «зависає» або не реагує на натискання клавiш, 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 значка «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 інший пристрій Bluetooth перебувають у межах радіусу дії з'єднання Bluetooth (10 м). Відстань залежить від середовища використання пристроїв.
- Презавантажте 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. Візьміть із собою зарядний пристрій та кабель USB, який ви використовуєте, для отримання якісних сервісних послуг. Якщо не працює функція бездротового заряджання, візьміть із собою також бездротовий зарядний пристрій.

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 телефону. 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 Кабінету 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.

Імпортёр 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-L320 / SM-L330 / SM-L500)

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 m
Бездротова зарядка (100–148,5 kHz)	37,7 dBμA/m на відстані 10 m

Смуга частот та режим (SM-L325F / SM-L335F / SM-L505F)

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 m
Бездротова зарядка (100–148,5 kHz)	37,7 dBμA/m на відстані 10 m



Авторське право

© Samsung Electronics Co., Ltd., 2025

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.