

SAMSUNG

INSTRUKCJA OBSŁUGI

SM-R500

Polish. 03/2019. Rev.1.0

www.samsung.pl
www.samsung.com

Spis treści

Wprowadzenie

5 Informacje o zegarku Galaxy Watch Active

5 Przeczytaj najpierw

11 Wygląd urządzenia

11 Zawartość opakowania

12 Galaxy Watch Active

14 Ładowarka bezprzewodowa

15 Bateria

15 Ładowanie baterii

16 Porady i środki ostrożności dla ładowania baterii

17 Ładowanie bezprzewodowe

19 Tryb oszczędzania energii

20 Noszenie zegarka Galaxy Watch Active

20 Zakładanie zegarka Galaxy Watch Active

21 Wskazówki i środki ostrożności dotyczące paska

21 Wymiana paska

23 Włączanie i wyłączanie zegarka Galaxy Watch Active

24 Podłączanie zegarka Galaxy Watch Active do urządzenia przenośnego

24 Instalowanie aplikacji Galaxy Wearable

24 Łączenie zegarka Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym za pośrednictwem Bluetooth

26 Połączenie zdalne

27 Korzystanie z zegarka Galaxy Watch Active bez urządzenia przenośnego

28 Sterowanie ekranem

28 Ekran dotykowy

31 Elementy ekranu

32 Włączanie i wyłączanie ekranu

33 Przełączanie ekranu

35 Ekran blokady

35 Zegarek

35 Ekran zegarka

36 Zmiana tarczy zegarka

37 Włączanie funkcji zawsze włączonego zegarka

37 Tryb Tylko zegarek

38 Powiadomienia

38 Panel powiadomień

39 Wyświetlanie powiadomień przychodzących

40 Wybór aplikacji do odbierania powiadomień

40 Panel szybkiego dostępu

47 Wprowadzanie tekstu

47 Wstęp

47 Korzystanie z wprowadzania głosowego

48 Użycie emotikon

49 Użycie trybu pisma odręcznego lub klawiatury

Aplikacje i funkcje

51 Wiadomości

53 Telefon

- 53 Wstęp
- 53 Odbieranie połączeń
- 55 Nawiązywanie połączeń

55 Kontakty

57 Samsung Health

- 57 Wstęp
- 60 Dzienna aktywność
- 61 Kroki
- 63 Piętra
- 64 Kalorie
- 65 Ćwiczenie
- 72 Sen
- 74 Puls
- 76 Stres
- 78 Jedzenie
- 80 Zarządzanie wagą
- 81 Woda
- 82 Kofeina
- 83 Razem
- 84 Ustawienia
- 84 Informacje dodatkowe

85 GPS

86 Muzyka

- 86 Wstęp
- 86 Odtwarzanie muzyki
- 86 Importowanie muzyki
- 87 Odtwarzanie muzyki na zegarku Galaxy Watch Active
- 87 Odtwarzanie muzyki z urządzenia przenośnego
- 88 Odtwarzanie muzyki bez połączenia z urządzeniem przenośnym

88 Reminder

89 Kalendarz

90 Bixby

- 90 Wstęp
- 90 Uruchamianie Bixby
- 91 Ustawianie języka

91 Pogoda

92 Alarm

93 Zegar światowy

93 Galeria

- 93 Importowanie i eksportowanie obrazów
- 94 Przeglądanie obrazów
- 95 Usuwanie obrazów

95 Znajdź telefon

96 Znajdź mój zegarek

97 Wiadomości alarmowe

98 E-mail

98 Galaxy Store

99 Ustawienia

- 99 Wstęp
- 99 Tarcze zegarka
- 100 Wibracja
- 100 Wyświetlanie
- 101 Zaawansowane
- 102 Połączenia
- 106 Aplikacje
- 107 Bezpieczeństwo
- 107 Konto
- 108 Dostępność
- 108 Ogólne
- 110 Bateria
- 110 O zegarku
- 111 Połącz z nowym telefonem
- 111 Podłącz do telefonu

Aplikacja Galaxy Wearable

112 Wstęp

114 Start

- 114 O zegarku
- 114 Galaxy Store
- 114 Samsung Health
- 114 SmartThings
- 115 Powiadomienia
- 116 Aplikacje
- 117 Widżety
- 118 Wibracja
- 118 Wyświetlanie
- 119 Zaawansowane
- 120 Dodawanie zawartości do zegarka
- 121 Wysyłanie żądań SOS

- 121 Znajdź mój zegarek
- 122 Konto i kopia zapasowa
- 123 Synchronizuj ustaw. telefonu
- 124 Dostępność
- 124 O zegarku
- 125 Galaxy Wearable – informacje

126 Tarcze zegarka

126 Odkryj

Korzystanie z urządzenia Galaxy Watch Active

127 Wstęp

127 Funkcja trenera osobistego do poprawy stanu zdrowia

- 127 Osiąganie dziennego celu aktywności
- 128 Zarządzanie stresem i jakością snu
- 128 Wykonywanie zaawansowanych ćwiczeń

129 Używanie jako inteligentnego terminarza

- 129 Sprawdzanie informacji o bieżącym dniu
- 130 Zarządzanie swoimi codziennymi czynnościami
- 132 Korzystanie z podwójnego zegarka za granicą
- 132 Korzystanie z wygodnych przypomnień

Załącznik

133 Rozwiązywanie problemów

137 Wymywanie baterii

Wprowadzenie

Informacje o zegarku Galaxy Watch Active

Galaxy Watch Active to inteligentny zegarek, który umożliwia analizowanie wzorców ćwiczeń i dbanie o zdrowie. Umożliwia także korzystanie z wielu wygodnych aplikacji do nawiązywania połączeń telefonicznych i odtwarzania muzyki. Można również łatwo uruchamiać różne funkcje jednym dotknięciem i zmieniać tarczę zegarka, dostosowując ją do własnego gustu.


Zegarek Galaxy Watch Active można połączyć z urządzeniem przenośnym, aby znacznie rozszerzyć zakres dostępnych możliwości. Może on również działać samodzielnie, bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

Przeczytaj najpierw

Aby bezpiecznie i prawidłowo korzystać z urządzenia, należy uważnie przeczytać niniejszą instrukcję.

- Przedstawione opisy bazują na ustawieniach domyślnych urządzenia.
- W zależności od regionu, specyfikacji modelu lub oprogramowania urządzenia opisana w instrukcji zawartość może być inna od wyświetlanej na urządzeniu.
- Zawartość (zawartość wysokiej jakości) wymagająca znacznego wykorzystania procesora i pamięci RAM wpływa na całkowitą wydajność urządzenia. Aplikacje powiązane z tą zawartością mogą nie działać poprawnie w zależności od parametrów technicznych urządzenia i środowiska, w jakim uruchomiono aplikacje.
- Firma Samsung nie ponosi odpowiedzialności za problemy z działaniem aplikacji dostarczonych przez firmy inne niż Samsung.
- Firma Samsung nie ponosi odpowiedzialności za problemy z wydajnością lub zgodnością, wynikające z edycji ustawień rejestru lub modyfikacji oprogramowania systemu operacyjnego. Próba wprowadzania zmian w systemie operacyjnym może spowodować nieprawidłowe działanie zegarka Galaxy Watch Active lub aplikacji.

- Oprogramowanie, źródła dźwięków, tapety, obrazy i inne pliki multimedialne są dostarczane wraz z zegarkiem Galaxy Watch Active na podstawie umowy licencyjnej o ograniczonym użytkowaniu. Wyodrębnianie tych materiałów i wykorzystywanie ich do celów komercyjnych lub innych stanowi naruszenie praw autorskich. Użytkownicy ponoszą całkowitą odpowiedzialność za niezgodne z prawem korzystanie z multimedialnych treści.
- Domyślne aplikacje, które są dostarczane razem z zegarkiem Galaxy Watch Active, podlegają procesowi aktualizacji, ale ich wsparcie może zakończyć się bez wcześniejszego powiadomienia. W przypadku pytań dotyczących aplikacji dostarczanych razem z zegarkiem Galaxy Watch Active prosimy o kontakt z centrum serwisowym firmy Samsung. W celu uzyskania informacji na temat aplikacji instalowanych przez użytkownika należy się skontaktować z właściwymi dostawcami usług.
- Modyfikowanie systemu operacyjnego zegarka Galaxy Watch Active lub instalowanie oprogramowania z nieoficjalnych źródeł może być przyczyną wadliwego jego działania i uszkodzenia lub utraty danych. Te czynności są naruszeniem umowy licencyjnej firmy Samsung i powodują unieważnienie gwarancji.
- Niektóre funkcje mogą działać inaczej niż opisano w niniejszej instrukcji, zależnie od producenta i modelu urządzenia przenośnego podłączonego do zegarka Galaxy Watch Active.
- Obraz na ekranie dotykowym jest wyraźny nawet przy silnym świetle słonecznym dzięki funkcji automatycznej regulacji zakresu kontrastu na podstawie warunków otoczenia. Ze względu na cechy urządzenia Galaxy Watch Active wyświetlanie nieruchomych obrazów przez długi czas może doprowadzić do wystąpienia powidoku (wypalenia ekranu) lub smużenia.
 - Zaleca się unikanie wyświetlania nieruchomych obrazów na części lub całości ekranu dotykowego przez dłuższy czas oraz wyłączanie ekranu dotykowego, gdy urządzenie Galaxy Watch Active nie jest używane.
 - Możliwe jest skonfigurowanie automatycznego wyłączania ekranu dotykowego, gdy ekran nie jest używany. Na ekranie aplikacji urządzenia Galaxy Watch Active dotknij  (**Ustawienia**), dotknij **Wyświetlanie** → **Podświetl. ekranu**, a następnie wybierz czas, po którym urządzenie ma wyłączyć ekran dotykowy.
 - Aby ustawić automatyczne regulowanie jasności ekranu dotykowego na podstawie oświetlenia otoczenia, na ekranie aplikacji urządzenia Galaxy Watch Active dotknij  (**Ustawienia**), dotknij **Wyświetlanie** → **Automat. niska jasność**, a następnie dotknij przełącznika, aby włączyć tę funkcję.

- W zależności od regionu lub modelu niektóre urządzenia wymagają homologacji Federalnej Komisji Łączności (FCC). Jeśli zegarek Galaxy Watch Active posiada homologację FCC, można wyświetlić jego identyfikator FCC. Aby wyświetlić identyfikator FCC, na ekranie aplikacji zegarka Galaxy Watch Active dotknij  (Ustawienia), dotknij **O zegarku** → **Urządzenie**, a następnie sprawdź identyfikator FCC w **Certyfikacja FCC**.

Utrzymanie wodo- i pyłoszczelności

Twoje urządzenie jest wodo- i pyłoszczelne. Aby utrzymać wodo- i pyłoszczelność swojego urządzenia, dokładnie przestrzegaj podanych niżej wskazówek. W przeciwnym razie może dojść do jego uszkodzenia.

- Nie należy wystawiać urządzenia na działanie **wody poruszającej się z dużą siłą**.
- Nie należy korzystać z urządzenia podczas skakania do wody, nurkowania ani uprawiania sportów wodnych w szybko płynącej wodzie.
- Jeśli urządzenie lub Twoje dłonie są mokre, dokładnie je wysusz przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia.
- W wypadku kontaktu urządzenia z wodą słodką należy dokładnie wytrzeć je czystą miękką szmatką. W razie kontaktu urządzenia z inną cieczą, na przykład wodą morską, wodą basenową, wodą z mydłem, olejem, perfumami, kremem przeciwsłonecznym, płynem do dezynfekcji rąk, czy produktami chemicznymi takimi jak kosmetyki, należy spłukać je wodą słodką, po czym dokładnie wytrzeć czystą, miękką szmatką. Nieprzestrzeganie tych instrukcji może negatywnie wpłynąć na działanie lub wygląd urządzenia.
- **Jeśli urządzenie zostanie upuszczone lub uderzone**, urządzenie może utracić funkcje wodoszczelności i pyłoszczelności.
- Nie rozbierać urządzenia. Urządzenie może utracić funkcje wodoszczelności i pyłoszczelności.
- Nie narażać urządzenia na znaczące zmiany temperatury powietrza lub temperatury wody.
- Nie suszyć urządzenia za pomocą urządzenia grzewczego, jak np. suszarka do włosów.
- Używanie urządzenia w saunie może spowodować utratę funkcji wodoszczelności urządzenia.
- Niektóre funkcje i elementy, takie jak ekran dotykowy, mogą nie działać prawidłowo, **jeśli urządzenie jest używane w wodzie**.
- **Urządzenie zostało przetestowane w kontrolowanym środowisku i jest certyfikowane jako wodoszczelne i pyłoszczelne w specyficznym sytuacjach i warunkach. (Spełnia warunki wodoszczelności w wodzie o głębokości 50 m, zgodnie z opisem zawartym w międzynarodowej normie ISO 22810:2010. Urządzenie może być używane w płytkiej wodzie. Spełnia warunki pyłoszczelności zgodnie z opisem klasyfikacji IEC 60529 IP6X.)**

Środki ostrożności dotyczące przegrzewania

Jeśli korzystaniu z urządzenia towarzyszy dyskomfort związany z nadmierną temperaturą, należy natychmiast przerwać używanie go i zdjąć je z nadgarstka.

Aby uniknąć problemów, takich jak awaria urządzenia, dyskomfort lub uszkodzenia skóry, a także wyczerpanie baterii, na ekranie urządzenia wyświetlone zostanie ostrzeżenie, w momencie gdy urządzenie osiągnie określoną temperaturę. Po wyświetleniu pierwszego ostrzeżenia wszystkie funkcje urządzenia zostaną wyłączone do czasu schłodzenia urządzenia do konkretnej temperatury.

Jeśli temperatura urządzenia będzie w dalszym ciągu wzrastać, wyświetlone zostanie drugie ostrzeżenie. W tym momencie urządzenie zostanie wyłączone. Nie używać urządzenia, aż jego temperatura spadnie do określonej temperatury.

Ikony pomocnicze



Ostrzeżenie: sytuacje, które mogą spowodować zranienie użytkownika lub innych osób



Przeostroga: sytuacje, które mogą spowodować uszkodzenie urządzenia lub innego sprzętu



Uwaga: wskazówki, uwagi i dodatkowe informacje

Czyszczenie zegarka Galaxy Watch Active i zarządzanie nim

Należy przestrzegać poniższych zaleceń, aby zapewnić prawidłowe działanie urządzenia Galaxy Watch Active i dbać o jego dobry stan. Niezastosowanie się do tych zaleceń może prowadzić do uszkodzenia urządzenia Galaxy Watch Active i powodować podrażnienie skóry.

- Chronić urządzenie przed kurzem, potem, tuszem, olejami i produktami chemicznymi tj. kosmetyki, spray antybakteryjny, mydło do rąk, detergent i środki owadobójcze. Zewnętrzne i wewnętrzne części urządzenia Galaxy Watch Active mogą zostać uszkodzone lub urządzenie może gorzej działać. Jeżeli urządzenie Galaxy Watch Active zostanie zanieczyszczone jedną z tych substancji, należy je wytrzeć miękką, niestrzępiącą szmatką.
- Nie używać mydła, środków czyszczących, materiałów ściernych i sprężonego powietrza do czyszczenia urządzenia Galaxy Watch Active. Nie czyścić go falami ultradźwiękowymi ani zewnętrznymi źródłami ciepła. Może to spowodować uszkodzenie urządzenia Galaxy Watch Active. Pozostawione na urządzeniu Galaxy Watch Active mydło, środki odkażające do dłoni lub środki czyszczące mogą spowodować podrażnienie skóry.
- Umyć nadgarstek i oczyścić pasek po treningu lub spoceniu się. Urządzenie Galaxy Watch Active oczyścić świeżą wodą, przetrzeć niewielką ilością alkoholu i dokładnie wysuszyć.
- Usuwając preparat, emulsję lub olejek z filtrem przeciwsłonecznym, należy użyć środka czyszczącego bez mydła, a następnie spłukać i dokładnie wytrzeć urządzenie Galaxy Watch Active.
- Jeżeli urządzenie Galaxy Watch Active zostanie poplamione lub zabrudzone jakimiś zanieczyszczeniami, przetrzeć je zwilżoną miękką szczoteczką do zębów.

Zachować ostrożność w przypadku alergii na którekolwiek z materiałów wykorzystywanych do produkcji urządzenia Galaxy Watch Active.

- Firma Samsung przetestowała szkodliwe materiały zawarte w podzespołach Galaxy Watch Active za pośrednictwem wewnętrznych i zewnętrznych jednostek badawczych. Przeprowadzono badania, takie jak badania wszystkich materiałów mających kontakt ze skórą, test toksyczności wobec skóry, a także test zużycia urządzenia Galaxy Watch Active.
- Zegarek Galaxy Watch Active zawiera nikiel. Należy podjąć odpowiednie środki, jeżeli skóra użytkownika jest bardzo wrażliwa lub użytkownik ma alergię na jakiegokolwiek materiały zawarte w podzespołach zegarka Galaxy Watch Active.
 - **Nikiel:** urządzenie Galaxy Watch Active zawiera niewielkie ilości niklu. Jego zawartość jest poniżej wartości granicznych określonych w rozporządzeniu REACH. Użytkownik nie jest narażony na działanie niklu znajdującego się wewnątrz urządzenia Galaxy Watch Active. Urządzenie przeszło pomyślnie międzynarodowe badania. Jednak w przypadku wrażliwości na nikiel należy zachować szczególną ostrożność podczas korzystania z urządzenia Galaxy Watch Active.
- Urządzenie Galaxy Watch Active jest produkowane wyłącznie z materiałów zgodnych z normami Komisji Bezpieczeństwa Produktów Konsumenckich (CPSC) ze Stanów Zjednoczonych, przepisami krajów europejskich i innymi normami międzynarodowymi.
- Więcej informacji o sposobie zarządzania środkami chemicznymi przez firmę Samsung można znaleźć w witrynie Samsung (<https://www.samsung.com/uk/aboutsamsung/sustainability/environment/>).

Wygląd urządzenia

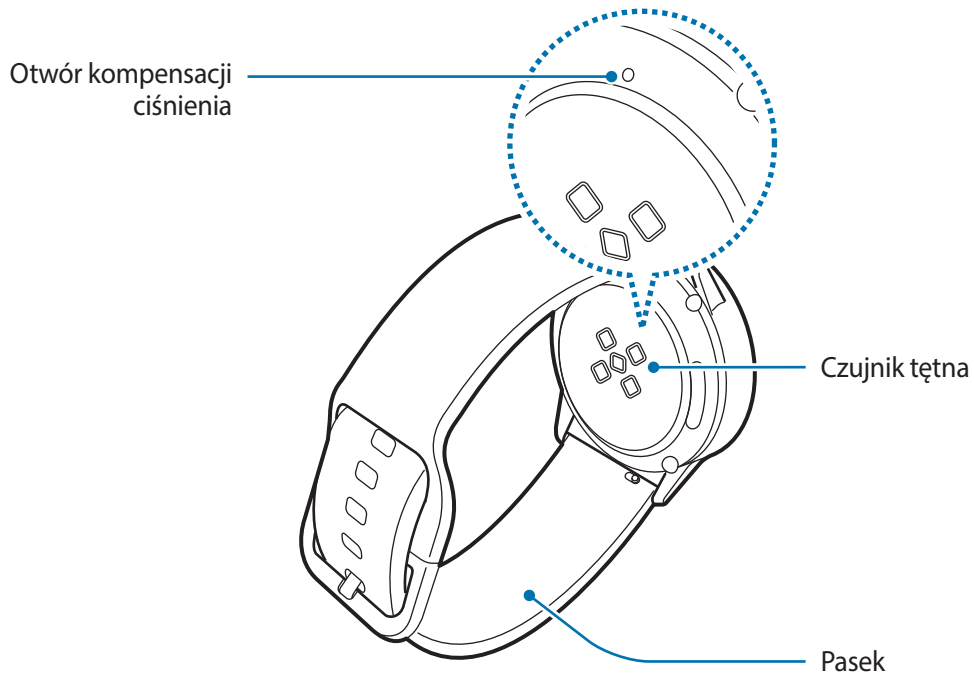
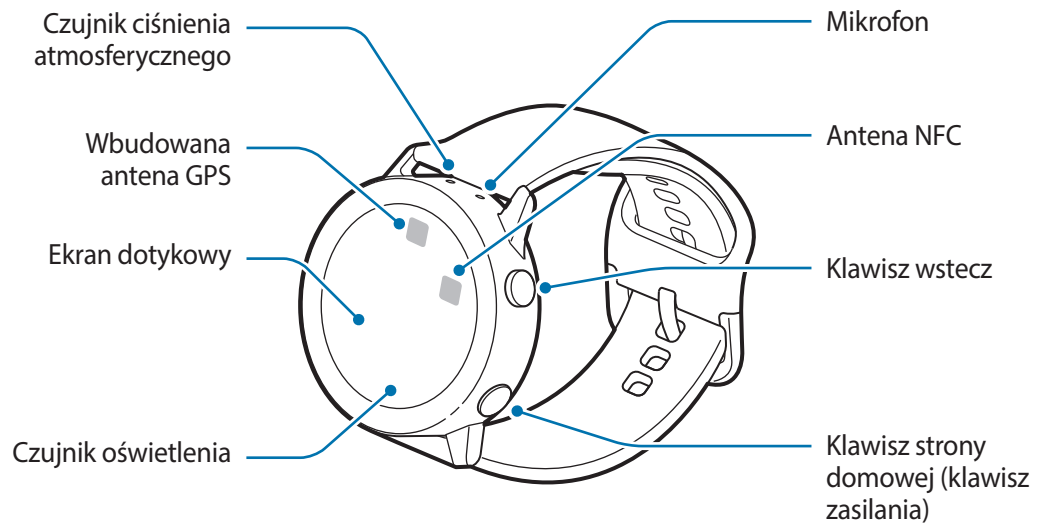
Zawartość opakowania

Więcej informacji o zawartości opakowania można znaleźć w instrukcji obsługi.



- Elementy dostarczane wraz z zegarkiem Galaxy Watch Active, ich zdjęcia i wszelkie dostępne akcesoria mogą się różnić w zależności od regionu lub operatora sieci.
- Dostarczone elementy są przeznaczone tylko dla tego urządzenia Galaxy Watch Active i mogą nie być zgodne z innymi urządzeniami.
- Wygląd urządzenia i jego specyfikacje mogą ulec zmianie bez uprzedniego powiadomienia.
- Dodatkowe akcesoria można nabyć u lokalnego dystrybutora firmy Samsung. Przed zakupem należy upewnić się, że są one zgodne z zegarkiem Galaxy Watch Active.
- Z wyjątkiem samego urządzenia Galaxy Watch Active, klasa wodo- i pyłoszczelności pewnych akcesoriów może być inna niż urządzenia.
- Należy używać tylko akcesoriów zatwierdzonych przez firmę Samsung. Korzystanie z niezatwierdzonych akcesoriów może spowodować problemy z wydajnością oraz usterki nieobjęte gwarancją.
- Dostępność akcesoriów może ulec zmianie i zależy wyłącznie od ich producentów. Więcej informacji na temat dostępnych akcesoriów można znaleźć w witrynie internetowej firmy Samsung.

Galaxy Watch Active





Urządzenie i niektóre akcesoria (sprzedawane osobno) zawiera magnesy. Amerykańskie Stowarzyszenie Serca (American Heart Association — USA) oraz Agencja Regulacyjna Leków i Produktów Leczniczych (Medicines and Healthcare Products Regulatory Agency — Wielka Brytania) ostrzegają, że magnesy mogą mieć wpływ na działanie wszczepionych stymulatorów pracy serca, kardiowerterów, defibrylatorów, pomp insulinowych lub innych elektromedycznych urządzeń (zwanymi łącznie „Urządzeniami medycznymi”) w promieniu 15 cm (6 cali). W przypadku korzystania z któregoś z tych urządzeń medycznych **NIE NALEŻY UŻYWAĆ URZĄDZENIA I NIEKTÓRYCH AKCESORIÓW (SPRZEDAWANYCH OSOBNO) BEZ KONSULTACJI Z LEKARZEM.**





- Nie przechowywać urządzenia i niektórych akcesoriów (sprzedawanych osobno) w pobliżu urządzeń wytwarzających pole magnetyczne. Pole magnetyczne może uszkadzać karty z paskiem magnetycznym, w tym karty kredytowe, telefoniczne, paszporty i karty pokładowe.
- Upewnij się, że pasek jest czysty. Kontakt z nieczystościami, takimi jak kurz czy farba, może spowodować powstanie na pasku plam, których nie da się całkowicie usunąć.
- Nie należy wkładać ostrych przedmiotów do czujnika ciśnienia atmosferycznego, otworu kompensacji ciśnienia ani mikrofonu. Może to spowodować uszkodzenie wewnętrznych podzespołów urządzenia Galaxy Watch Active, a także osłabienie wodoodporności.
- W przypadku korzystania z urządzenia z pękniętym szkłem lub akrylem, może pojawić się ryzyko spowodowania obrażenia. Urządzenia można używać tylko po naprawie w Centrum serwisowym firmy Samsung.



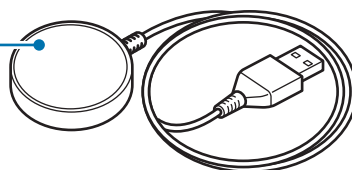
- Podczas mówienia do mikrofonu upewnij się, że mikrofon urządzenia Galaxy Watch Active nie jest zasłonięty.
- Otwór kompensacji ciśnienia zapewnia poprawne funkcjonowanie części wewnętrznych i czujników zegarka Galaxy Watch Active podczas korzystania z niego w otoczeniu ze zmiennym ciśnieniem atmosferycznym.

Klawisze

Klawisz	Funkcja
 <p>Ekran startowy/ Włączanie/ wyłączanie</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Naciśnij i przytrzymaj, aby włączyć lub wyłączyć zegarek Galaxy Watch Active. • Naciśnij, aby włączyć ekran. • Naciśnij i przytrzymaj przez ponad 7 sekund, aby ponownie uruchomić zegarek Galaxy Watch Active. • Naciśnij, aby otworzyć okno ekranu aplikacji zegarka. • Naciśnij, aby otworzyć ekran zegarka z każdego innego ekranu.
 <p>Wstecz</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Naciśnij, aby powrócić do poprzedniego ekranu.

Ładowarka bezprzewodowa

Podkładka do ładowania bezprzewodowego



Nie narażać ładowarki na działanie wody, ponieważ nie ma ona takiej samej odporności na wodę co urządzenie Galaxy Watch Active.

Bateria

Ładowanie baterii

Przed pierwszym użyciem baterii lub jeśli bateria nie była używana przez dłuższy czas naładuj ją.



Należy używać wyłącznie ładowarek, baterii i kabli zatwierdzonych przez firmę Samsung. Używanie niezatwierdzonych ładowarek lub kabli może spowodować eksplozję baterii bądź uszkodzenie zegarka Galaxy Watch Active.



- Należy używać dostarczonej ładowarki bezprzewodowej i ładowarki przewodowej. Urządzenia Galaxy Watch Active nie można właściwie naładować, stosując ładowarkę innego producenta.
- Nieprawidłowe podłączenie ładowarki może spowodować poważne uszkodzenie urządzenia. Żadne uszkodzenia wynikające z nieprawidłowej obsługi nie są objęte gwarancją.
- Urządzenie posiada baterię litowo-jonową o pojemności 230 mAh.

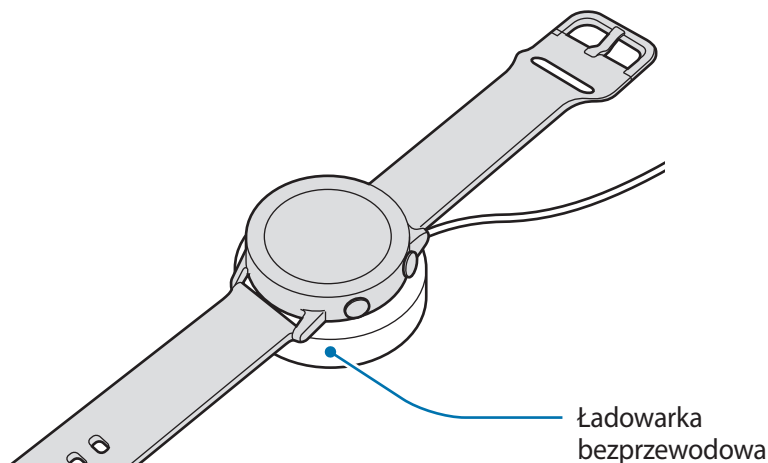


Aby oszczędzać energię, ładowarka powinna być odłączona od zasilania, kiedy nie jest używana. Ładowarka nie jest wyposażona w przełącznik zasilania, dlatego dla oszczędności energii też należy ją odłączać od gniazdka elektrycznego, gdy nie jest używana. Ładowarka powinna znajdować się w pobliżu gniazdka elektrycznego i być łatwo dostępna podczas ładowania.

1

Podłącz ładowarkę bezprzewodową do ładowarki, a następnie ładowarkę do gniazda elektrycznego.

- Umieść urządzenie Galaxy Watch Active w ładowarce bezprzewodowej, wyrównując środek tylnej strony urządzenia ze środkiem ładowarki.



- Po całkowitym naładowaniu baterii odłącz urządzenie Galaxy Watch Active od ładowarki bezprzewodowej. Najpierw odłącz ładowarkę bezprzewodową od ładowarki, a następnie odłącz ładowarkę od gniazda elektrycznego.

Sprawdzanie stanu naładowania baterii

Naciśnij dowolny przycisk zegarka Galaxy Watch Active, aby włączyć ekran, gdy jest w ładowarce bezprzewodowej.

W trakcie ładowania baterii wyłączonego urządzenia Galaxy Watch Active naciśnij dowolny klawisz, aby sprawdzić stan naładowania.

W trakcie ładowania baterii włączonego urządzenia Galaxy Watch Active dotknij ekranu, aby sprawdzić stan naładowania.

Porady i środki ostrożności dla ładowania baterii

- Jeśli między urządzeniem Galaxy Watch Active a ładowarką bezprzewodową są ciała obce, proces ładowania baterii urządzenia może nie przebiegać prawidłowo. Zegarek Galaxy Watch Active i ładowarkę bezprzewodową należy chronić przed kontaktem z potem, cieciami lub kurzem.
- Gdy stan naładowania baterii jest niski, ikona baterii jest wyświetlana jako pusta.
- Po całkowitym rozładowaniu baterii zegarka Galaxy Watch Active nie będzie można włączyć go nawet po podłączeniu do ładowarki. Przed ponownym włączeniem zegarka Galaxy Watch Active należy ładować wyczerpaną baterię przez kilka minut.
- Jeśli używasz wiele aplikacji w tym samym czasie, bateria szybko się wyładuje. Aby zapobiec zanikowi zasilania podczas transmisji danych, należy używać tych aplikacji po naładowaniu baterii urządzenia do pełna.

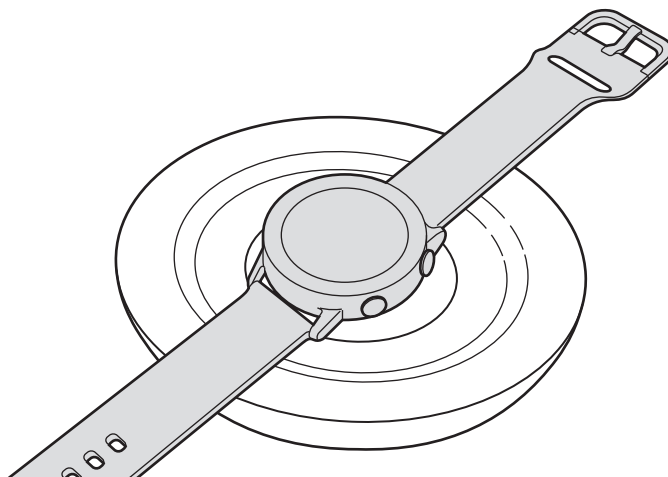
- Użycie źródła zasilania innego niż ładowarka, takiego jak np. komputer, może spowodować wydłużenie czasu ładowania ze względu na niższe natężenie prądu.
- Jeżeli urządzenie Galaxy Watch Active jest ładowane razem z innymi urządzeniami przez ładowarkę uniwersalną umożliwiającą takie ładowanie, może ono potrwać dłużej.
- Z urządzenia Galaxy Watch Active można korzystać podczas ładowania, jednak powoduje to wydłużenie czasu potrzebnego do pełnego naładowania baterii.
- Jeśli urządzenie Galaxy Watch Active jest zasilane z niestabilnego źródła zasilania, podczas ładowania baterii ekran dotykowy może nie działać. W takim przypadku należy odłączyć urządzenie Galaxy Watch Active od ładowarki bezprzewodowej.
- Podczas ładowania zegarek Galaxy Watch Active może się nagrzewać. Jest to normalne zjawisko, które nie powinno wpływać na trwałość ani wydajność działania zegarka Galaxy Watch Active. Jeśli bateria nagrzeje się bardziej niż zwykle, ładowarka może przerwać ładowanie ze względów bezpieczeństwa użytkownika. W takim przypadku ładowanie zegarka Galaxy Watch Active należy wznowić dopiero po jego schłodzeniu przez zdjęcie go z ładowarki bezprzewodowej.
- Jeżeli ładowanie urządzenia Galaxy Watch Active nie odbywa się prawidłowo, należy je oddać do centrum serwisowego firmy Samsung.
- Należy unikać zginania lub uszkodzenia kabla USB. Jeżeli kabel USB jest uszkodzony, nie należy go używać.

Ładowanie bezprzewodowe

Urządzenie Galaxy Watch Active jest wyposażone w cewkę ładowania bezprzewodowego. Można naładować baterię, używając podkładki do ładowania bezprzewodowego lub innego urządzenia służącego jako podkładka do ładowania bezprzewodowego. Podkładka do ładowania bezprzewodowego i inne urządzenia pełniące taką funkcję są sprzedawane osobno.

Ładowanie baterii za pomocą podkładki do ładowania bezprzewodowego

- 1 Umieść środek tylnej części urządzenia Galaxy Watch Active na środku podkładki do ładowania bezprzewodowego.



- 2 Po całkowitym naładowaniu baterii odłącz urządzenie Galaxy Watch Active od podkładki do ładowania bezprzewodowego.



Środki ostrożności dotyczące ładowania bezprzewodowego

Nie umieszczaj urządzenia Galaxy Watch Active na podkładce do ładowania bezprzewodowego, gdy między nim a podkładką do ładowania bezprzewodowego są materiały przewodzące, takie jak przedmioty metalowe i magnesy.

Urządzenie Galaxy Watch Active może nie ładować się prawidłowo lub może się przegrzewać albo może dojść do uszkodzenia urządzenia i kart.



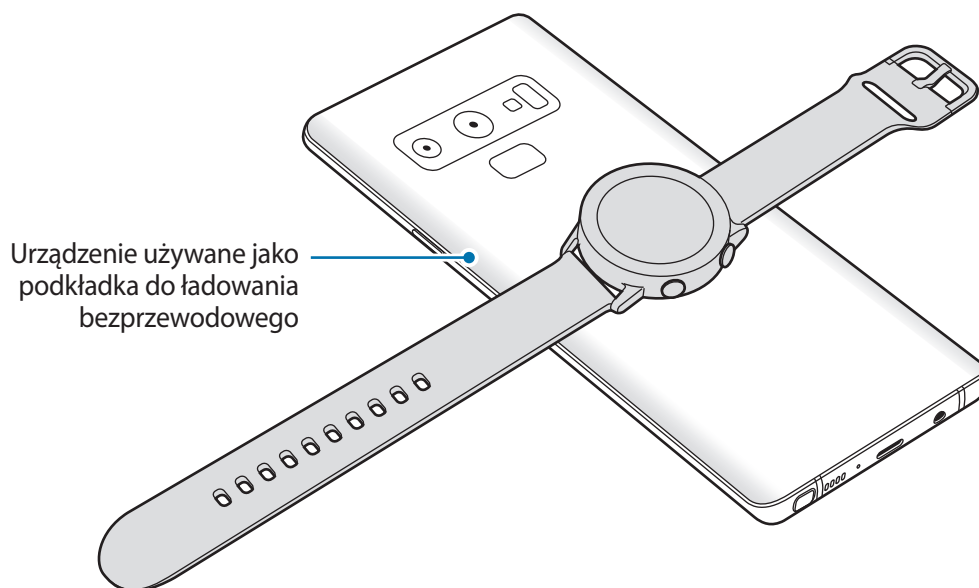
- Korzystać z podkładek do ładowania bezprzewodowego zatwierdzonych przez firmę Samsung. Jeśli zostanie użyta inna podkładka do ładowania bezprzewodowego, bateria nie będzie ładować się prawidłowo.
- Więcej informacji na temat dostępnych podkładek do ładowania bezprzewodowego można znaleźć w witrynie internetowej firmy Samsung.

Ładowanie baterii przy użyciu funkcji PowerShare

- 1 Umieść środek tylnej części urządzenia Galaxy Watch Active na urządzeniu używanym jako podkładka do ładowania bezprzewodowego.



Lokalizacja cewki ładowania bezprzewodowego różni się w zależności od urządzenia. Dopasuj położenie urządzenia i urządzenia Galaxy Watch Active, aby uzyskać silne połączenie.



2 Po całkowitym naładowaniu baterii odłącz urządzenie Galaxy Watch Active od urządzenia.







- Aby odpowiednio naładować urządzenie, podczas ładowania nie przesuwaj urządzenia ani urządzenia Galaxy Watch Active i nie korzystaj z nich.
- W przypadku ładowania urządzenia Galaxy Watch Active podczas ładowania urządzenia pełniącego funkcję podkładki do ładowania bezprzewodowego, prędkość ładowania może się obniżyć lub urządzenie Galaxy Watch Active może nie ładować się poprawnie w zależności od typu ładowarki.
- Prędkość lub wydajność ładowania może różnić się w zależności od stanu urządzenia lub otoczenia.
- Jeżeli pozostały poziom energii baterii urządzenia używanego jako podkładka do ładowania bezprzewodowego spadnie poniżej określonego poziomu, funkcja PowerShare zostanie wyłączona.
- Więcej informacji na temat dostępnych urządzeń używanych jako podkładki do ładowania bezprzewodowego można znaleźć w witrynie internetowej firmy Samsung.



Tryb oszczędzania energii

Tryb oszczędzania energii umożliwia wydłużenie czasu pracy urządzenia między ładowaniem baterii.

- Kolory są wyświetlane na ekranie jako odcienie szarości.
- Wyłączenie sieci Wi-Fi.
- Ograniczenie wszystkich funkcji z wyjątkiem połączeń, wiadomości i powiadomień.

- Powiadomienia z aplikacji wymagających połączenia sieciowego nie będą odbierane, gdy urządzenie Galaxy Watch Active nie jest połączone z urządzeniem przenośnym.
- Ograniczana jest wydajność procesora zegarka Galaxy Watch Active.

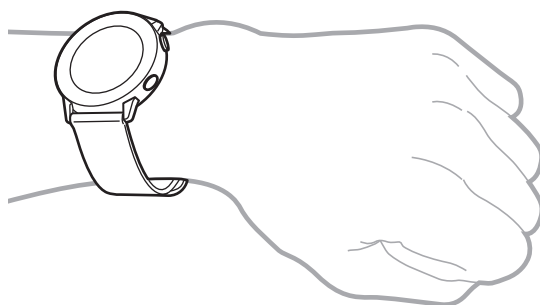
Na ekranie aplikacji dotknij  (Ustawienia) → **Bateria** → **Oszczędzanie energii** → . Możesz też dotknąć  →  na szybkim panelu, aby włączyć tryb oszczędzania energii. Więcej informacji o otwieraniu panelu szybkiego dostępu można znaleźć w rozdziale [Panel szybkiego dostępu](#).

Aby wyłączyć ten tryb, w dolnej części ekranu trybu oszczędzania energii dotknij **Wyłącz**, a następnie dotknij . Alternatywnie na panelu szybkiego dostępu dotknij , aby wyłączyć tryb oszczędzania energii.

Noszenie zegarka Galaxy Watch Active

Zakładanie zegarka Galaxy Watch Active

Otwórz zapięcie i załóż pasek na nadgarstek. Dopasuj pasek do nadgarstka, wsuwając przetyczkę do odpowiedniego otworu regulacyjnego, a następnie zapnij zapięcie.



Nie należy nadmiernie wyginać paska. Może to spowodować uszkodzenie urządzenia Galaxy Watch Active.



- Aby pomiar tętna za pomocą urządzenia Galaxy Watch Active był precyzyjny, najlepiej nosić urządzenie na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Watch Active](#).
- Jeżeli pewne materiały będą dotykać tylnej części urządzenia Galaxy Watch Active, urządzenie może rozpoznawać, że jest założone na nadgarstek.
- Jeżeli urządzenie Galaxy Watch Active nie zarejestruje ruchu przez okres dłuższy niż 10 minut, może rozpoznawać, że nie jest założone na nadgarstek.

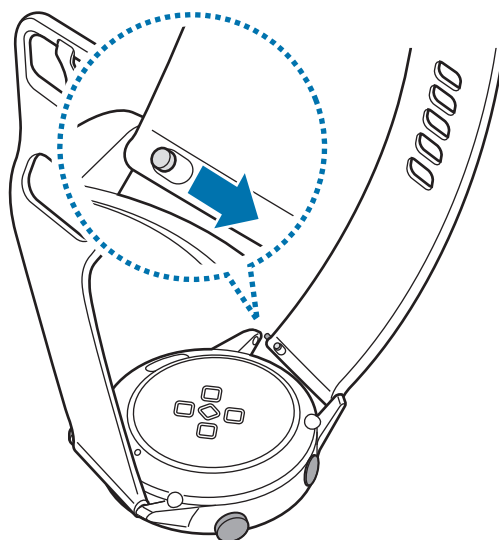
Wskazówki i środki ostrożności dotyczące paska

- Długie noszenie urządzenia Galaxy Watch Active lub korzystanie z niego podczas bardzo intensywnego treningu może spowodować podrażnienie skóry ze względu na tarcie i ucisk. W przypadku noszenia urządzenia Galaxy Watch Active przez długi czas należy go zdjąć z nadgarstka i nie zakładać przez kilka godzin.
- Może wystąpić podrażnienie skóry ze względu na alergię, czynniki środowiskowe, inne czynniki albo narażenie skóry na długie działanie mydła lub potu. W takim przypadku należy zaprzestać korzystania z urządzenia Galaxy Watch Active i poczekać dwa lub trzy dni, aż objawy ustąpią. Jeżeli objawy będą się utrzymywać lub pogorszą, należy natychmiast zasięgnąć porady lekarza.
- Przed założeniem urządzenia Galaxy Watch Active dokładnie wytrzeć skórę. Długie noszenie urządzenia Galaxy Watch Active może wpłynąć na skórę.
- W przypadku używania urządzenia Galaxy Watch Active w wodzie należy usunąć ciała obce ze skóry i urządzenia, a następnie dokładnie je wytrzeć, aby zapobiec podrażnieniu skóry.
- W wodzie nie używać żadnych akcesoriów poza urządzeniem Galaxy Watch Active.

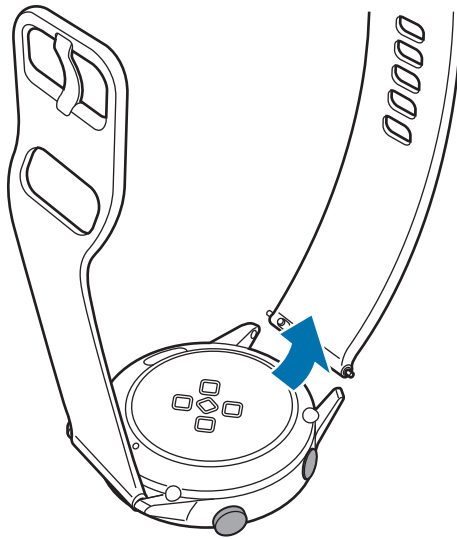
Wymiana paska

Odczep pasek od urządzenia Galaxy Watch Active, aby wymienić go na nowy.

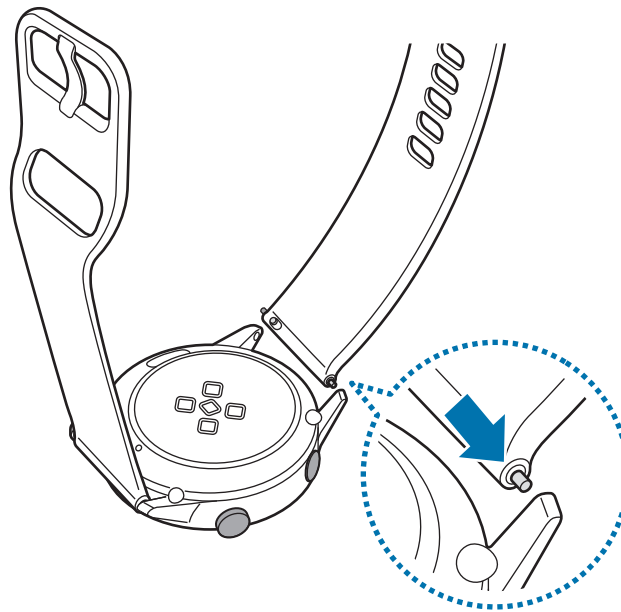
- 1 Wsuń teleskop paska do środka.



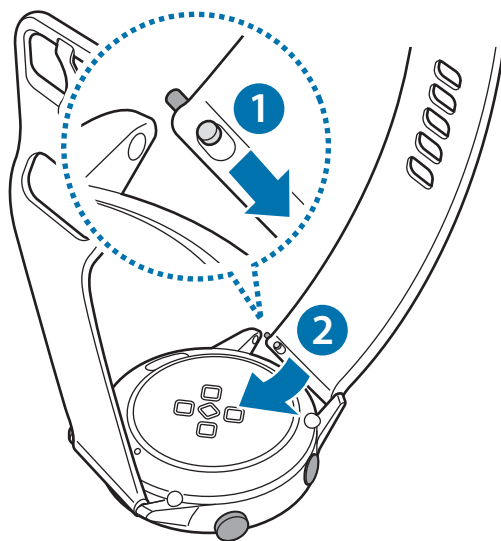
2 Zdejmij pasek z korpusu urządzenia Galaxy Watch Active.



3 Jedną końcówkę teleskopu nowego paska umieść w zagłębieniu w urządzeniu Galaxy Watch Active.



4 Wsuń teleskop do środka i przymocuj nowy pasek.

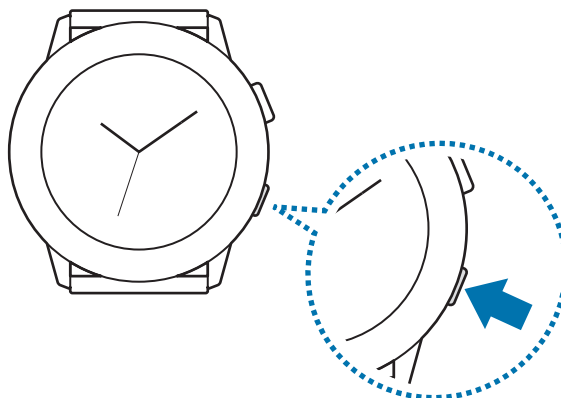


Włączanie i wyłączanie zegarka Galaxy Watch Active

Naciśnij i przytrzymaj klawisz strony domowej (Klawisz zasilania) przez kilka sekund, aby wyłączyć urządzenie Galaxy Watch Active.

Po pierwszym włączeniu urządzenia Galaxy Watch Active lub przywróceniu na nim ustawień fabrycznych na ekranie zostaną wyświetlone instrukcje dotyczące pobierania i instalowania aplikacji Galaxy Wearable na urządzeniu przenośnym. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Podłączanie zegarka Galaxy Watch Active do urządzenia przenośnego](#).

Aby wyłączyć urządzenie Galaxy Watch Active, naciśnij i przytrzymaj klawisz strony domowej (Klawisz zasilania), a następnie dotknij **Wył. zasil.**





W miejscach, w których używanie urządzeń bezprzewodowych podlega określonym ograniczeniom, np. w samolotach i szpitalach, należy przestrzegać wszystkich widocznych ostrzeżeń i wskazówek udzielanych przez upoważniony personel.

Ponownie uruchomienie Galaxy Watch Active

Jeśli urządzenie Galaxy Watch Active zawiesiło się i nie reaguje, uruchom je ponownie, naciskając klawisz strony domowej (klawisz zasilania) i przytrzymując go przez ponad 7 sekund.

Podłączanie zegarka Galaxy Watch Active do urządzenia przenośnego

Instalowanie aplikacji Galaxy Wearable

Możesz wykorzystywać inne różne funkcje po połączeniu zegarka Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym. Aby połączyć zegarek Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym, należy zainstalować na urządzeniu przenośnym aplikację Galaxy Wearable.

W zależności od posiadanego urządzenia przenośnego można pobrać aplikację Galaxy Wearable z jednego z następujących źródeł:


- Urządzenia z systemem Android firmy Samsung: **Galaxy Store, Sklep Play**
- Urządzenia z systemem Android innych firm: **Sklep Play**



Aplikacji Galaxy Wearable nie można zainstalować na urządzeniach przenośnych, które nie obsługują synchronizacji z zegarkiem Galaxy Watch Active. Należy upewnić się, że urządzenie przenośne jest zgodne z zegarkiem Galaxy Watch Active.

Łączenie zegarka Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym za pośrednictwem Bluetooth

Galaxy Watch Active

- 1 Włącz zegarek Galaxy Watch Active i przeciągnij palcem w górę od dolnej krawędzi ekranu. Pojawi się ekran z informacjami dotyczącymi pobierania i instalacji aplikacji Galaxy Wearable.
- 2 Dotknij , aby wybrać używany język i postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.



Aby korzystać z zegarka Galaxy Watch Active bez połączenia z urządzeniem przenośnym, zapoznaj się z rozdziałem [Korzystanie z zegarka Galaxy Watch Active bez urządzenia przenośnego](#).

Urządzenie przenośne

3 Uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.

W razie potrzeby zaktualizuj aplikację Galaxy Wearable do najnowszej wersji.

4 Dotknij **Rozpocznij podróż**.

5 Na ekranie wybierz rodzaj urządzenia.

Jeśli nie możesz znaleźć swojego rodzaju urządzenia, dotknij **Nie ma na liście**.

6 Dotknij **WŁĄCZ** po pojawieniu się okna z pytaniem o aktywację połączenia Bluetooth.

7 Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby zakończyć proces łączenia.

Przy zakończeniu procesu łączenia na ekranie urządzenia Galaxy Watch Active i na urządzeniu przenośnym zostanie wyświetlony samouczek. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby poznać podstawowe elementy sterujące urządzenia Galaxy Watch Active.



- Metody łączenia i ekrany mogą się różnić w zależności od urządzenia przenośnego i wersji oprogramowania.
- Po pierwszym połączeniu zegarka Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym po przywróceniu na nim ustawień fabrycznych jego bateria może się szybciej rozładowywać ze względu na synchronizację danych, takich jak kontakty.
- Obsługiwane urządzenia przenośne i funkcje mogą się różnić w zależności od regionu, dostawcy usług i producenta urządzeń.

Łączenie zegarka Galaxy Watch Active z nowym urządzeniem przenośnym


Po połączeniu zegarka Galaxy Watch Active z nowym urządzeniem przenośnym zostanie wykonany reset zegarka Galaxy Watch Active. Po wyświetleniu monitu przed połączeniem zegarka Galaxy Watch Active z nowym urządzeniem przenośnym dotknij **Backup danych** >, aby bezpiecznie utworzyć kopię zapasową przechowywanych danych. Więcej informacji o tworzeniu kopii zapasowej danych zegarka Galaxy Watch Active można znaleźć w rozdziale [Zarządzanie danymi przechowywanymi w pamięci zegarka Galaxy Watch Active](#).

- 1 Na ekranie aplikacji, dotknij  (**Ustawienia**) → **Połącz z nowym telefonem** → ✓.

Połączenie między zegarkiem Galaxy Watch Active i urządzeniem przenośnym zostanie zakończone. Po miękkim zerowaniu urządzenie automatycznie przejdzie do trybu parowania Bluetooth.

- 2 Na nowym urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, aby połączyć się z urządzeniem Galaxy Watch Active.



Jeżeli urządzenie przenośne jest już połączone z innym urządzeniem, należy uruchomić na nim aplikację **Galaxy Wearable** i dotknąć  → **Dodaj nowe urządzenie**, aby połączyć z nowym urządzeniem.

Połączenie zdalne

Zegarek Galaxy Watch Active i urządzenie przenośne łączą się za pośrednictwem Bluetooth. Jeśli połączenie Bluetooth jest niedostępne, możesz zdalnie połączyć zegarek Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym przy użyciu swojego konta Samsung, za pośrednictwem sieci Wi-Fi. Dzięki temu można nadal otrzymywać powiadomienia z urządzenia przenośnego.



Jeśli funkcja ta nie jest włączona, na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Konto i kopia zapasowa**, a następnie dotknij przełącznika **Połączenie zdalne**.

Korzystanie z zegarka Galaxy Watch Active bez urządzenia przenośnego



Z zegarka Galaxy Watch Active można korzystać bez łączenia go z urządzeniem przenośnym. Możesz wygodnie korzystać z zegarka Galaxy Watch Active bez łączenia go z urządzeniem przenośnym podczas aktywności na wolnym powietrzu, np. wspinaczki górskiej lub ćwiczeń. Ustawienie korzystania z zegarka Galaxy Watch Active bez urządzenia przenośnego jest możliwe podczas pierwszego włączenia lub resetowania zegarka Galaxy Watch Active.



- Niektóre funkcje są niedostępne w przypadku korzystania z zegarka Galaxy Watch Active bez połączenia z urządzeniem przenośnym.
- Odwiedź witrynę www.samsung.pl, aby przeczytać uwagi prawne przedstawiane podczas pierwszego użycia trybu Bez połączenia z telefonem.

- 1 Włącz zegarek Galaxy Watch Active i przeciągnij palcem w górę od dolnej krawędzi ekranu.
- 2 Dotknij  i wybierz język.
- 3 Dotknij , przewiń w dół ekranu i dotknij **tutaj**.
- 4 Zapoznaj się z informacją i dotknij **Kontynuuj** >.
- 5 Zapoznaj się z obowiązkowymi warunkami użytkowania i dotknij **Akceptuj** >.
- 6 Zapoznaj się z dodatkowymi warunkami użytkowania, wybierz akceptowane warunki użytkowania, a następnie dotknij **Dalej** >.
- 7 Zaloguj się na konto Samsung.
- 8 Aby przywrócić dane, przywróć dane z innego urządzenia Galaxy Watch Active przechowywane na koncie Samsung.
- 9 Ustaw strefę czasową, datę i godzinę.
- 10 Ustaw kod PIN do przywracania danych lub tworzenia kopii zapasowej danych.



Na ekranie aplikacji dotknij  (**Ustawienia**) → **Podłącz do telefonu** →  i wprowadź PIN, aby połączyć zegarek Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym, korzystając z zegarka bez urządzenia przenośnego.

Sterowanie ekranem

Ekran dotykowy



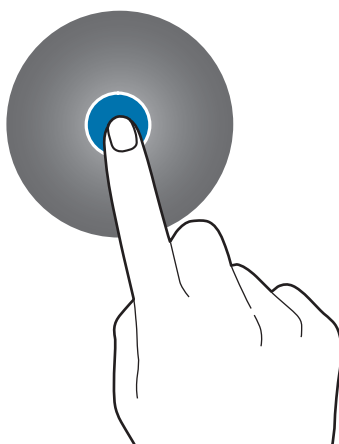
- Nie należy dopuszczać do zetknięcia się ekranu dotykowego z innymi urządzeniami elektrycznymi. Wyładowania elektrostatyczne mogą spowodować nieprawidłowe działanie ekranu dotykowego.
- Aby uniknąć uszkodzenia ekranu dotykowego, nie należy go dotykać ostrymi przedmiotami ani zbyt mocno naciskać palcami.
- Zaleca się powstrzymanie od wyświetlania nieruchomych obrazów na części lub całości ekranu dotykowego przez długi okres. W przeciwnym razie może to doprowadzić do wystąpienia powidoku (wypalenia ekranu) lub smużenia.



- Dotyk w pobliżu brzegów ekranu, które znajdują się poza obszarem sterowania dotykiem, może nie być rozpoznawany przez zegarek Galaxy Watch Active.
- Zalecana jest obsługa ekranu dotykowego za pomocą palców.
- Ekran dotykowy może nie działać po włączeniu trybu blokady wodnej.

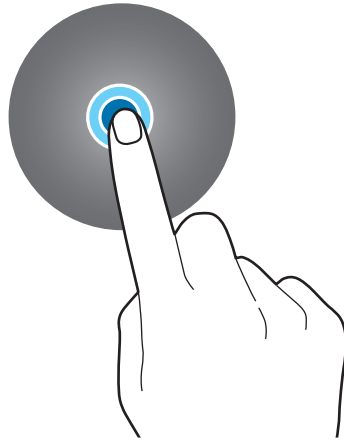
Dotknięcie

Aby uruchomić aplikację, wybrać opcję menu lub nacisnąć przycisk na ekranie, dotknij tej aplikacji, opcji lub przycisku palcem.



Dotknięcie i przytrzymanie

Dotknij i przytrzymaj ekran przez dwie lub więcej sekund, aby uzyskać dostęp do trybu edycji lub aby wyświetlić dostępne opcje.



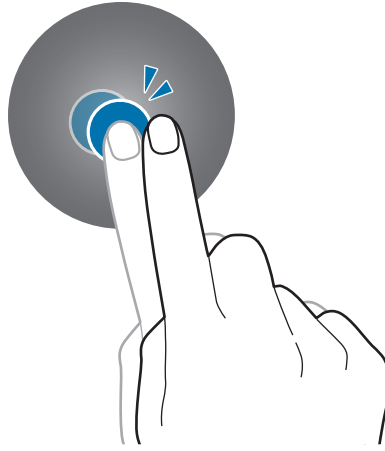
Przeciąganie

Aby przenieść element, dotknij go i przytrzymaj, a następnie przeciągnij w nowe miejsce.



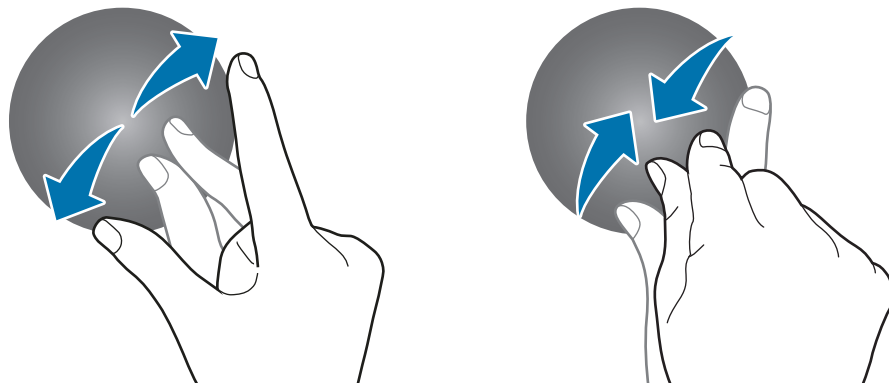
Dwukrotne dotknięcie

Dotknij dwukrotnie obrazu, aby powiększyć go lub pomniejszyć.



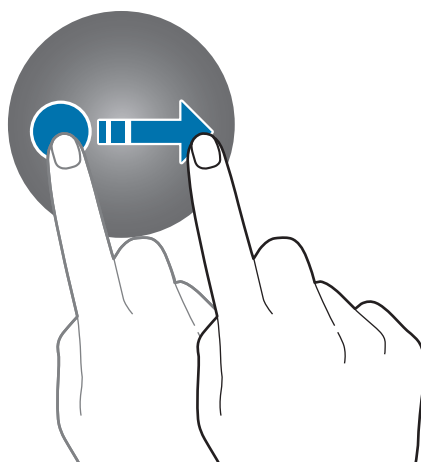
Rozsuwanie i zsuwanie palców

Rozsuń lub zsuń dwa palce na obrazie, aby powiększyć go lub pomniejszyć.



Przesuwanie

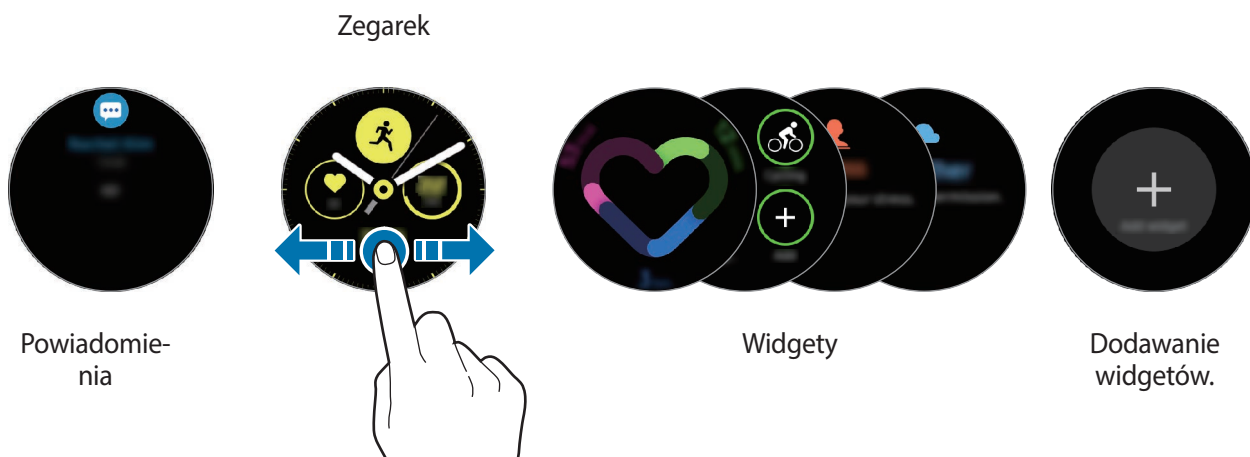
Przesuń szybko w lewo lub w prawo, aby wyświetlić inny panel.



Elementy ekranu

Ekran zegarka jest punktem wyjściowym, z którego można uzyskać dostęp do wszystkich ekranów urządzenia Galaxy Watch Active.


Inne ekrany można wyświetlać, naciskając klawisz lub przesuwając palcem po ekranie.



Dostępne widgety i powiadomienia oraz ich rozmieszczenie zależą od wersji oprogramowania.

Dodawanie widgetów

Na ekranie startowym można dodać więcej widgetów.

Przewiń ekran w lewo, dotknij , a następnie wybierz widget. Wybrany widget pojawi się w nowym panelu.

Przesuwanie widgetów


Dotknij widgetu i przytrzymaj go, a następnie przeciągnij go w żądane miejsce.

Usuwanie widgetów


Dotknij i przytrzymaj widget, a następnie dotknij .

Włączanie i wyłączanie ekranu

Aby włączyć ekran, naciśnij klawisz strony domowej lub klawisz wstecz.

Jeżeli ekran nie włączy się po dotknięciu ekranu, na ekranie aplikacji dotknij  (**Ustawienia**) i dotknij **Zaawansowane** → **Budzenie dotykiem**, a następnie dotknij przełącznika, aby włączyć tę funkcję.

Aby wyłączyć ekran, zakryj go dłonią. Ekran wyłącza się automatycznie, również jeśli urządzenie Galaxy Watch Active nie jest używane przez określony czas.

Istnieje możliwość włączenia ekranu za pomocą funkcji gestu wznawiania pracy. Na ekranie aplikacji dotknij  (**Ustawienia**) → **Zaawansowane** → **Gest budzenia** i dotknij przełącznika, aby włączyć tę funkcję.

Przełączanie ekranu



Przełączanie między ekranem zegarka i aplikacji

Naciśnij klawisz strony domowej na ekranie zegarka, aby otworzyć ekran aplikacji.

Aby powrócić do ekranu zegarka, naciśnij klawisz strony domowej.



Ekran aplikacji


Na ekranie aplikacji wyświetlane są ikony aplikacji zainstalowanych na zegarku Galaxy Watch Active. Aby przełączyć się na następny lub poprzedni ekran aplikacji, przeciągnij ekran w lewo lub w prawo albo dotknij  lub .



Dostępne aplikacje mogą się różnić w zależności od wersji oprogramowania.



Otwieranie aplikacji

Na ekranie aplikacji dotknij ikony aplikacji, aby ją uruchomić.



Aby uruchomić aplikację z listy ostatnio używanych aplikacji, na ekranie aplikacji dotknij  (**Ostatnie aplikacje**).

Alternatywnie na ekranie zegarka przeciągnij ekran w lewo i z widgetu **Skróty aplikacji** wybierz ostatnio uruchomioną aplikację lub często używane aplikacje, aby ją uruchomić.



Aby dodać żadaną aplikację do widgetu **Skróty aplikacji**, dotknij  i dodaj aplikację. Jeśli nie ma miejsca na dodanie często wykorzystywanych aplikacji, dotknij ekranu i przytrzymaj go, dotknij **EDYTUJ**, a następnie dotknij  na poprzednio dodanej aplikacji w celu dodania kolejnej.

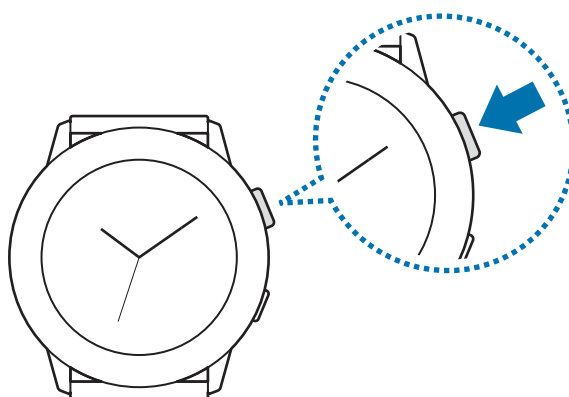
Zamykanie aplikacji

- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (**Ostatnie aplikacje**).
- 2 Przeciągnij ekran w lewo lub w prawo, aby zamknąć aplikację.
- 3 Dotknij .

Aby zamknąć wszystkie uruchomione aplikacje, dotknij **Zamknij wszyst.**

Wracanie do poprzedniego ekranu


Aby powrócić do poprzedniego ekranu, naciśnij klawisz wstecz.



Ekran blokady

Użyj funkcji blokowania ekranu do ochrony informacji osobistych przez uniemożliwienie innym osobom uzyskania dostępu do zegarka Galaxy Watch Active. Po włączeniu funkcji blokowania ekranu do każdorazowego jego odblokowania zegarkowi Galaxy Watch Active będzie potrzebny służący do tego kod.

Ustawianie blokady ekranu

Na ekranie aplikacji dotknij  (Ustawienia) → **Bezpieczeństwo** → **Blokada** → **Typ** i wybierz metodę blokowania.

- **Symbol**: aby odblokować ekran, narysuj palcem wzór łączący co najmniej cztery kropki.
- **Kod PIN**: aby odblokować ekran, wprowadź PIN składający się z cyfr.

Zegarek

Ekran zegarka

Na tym ekranie można sprawdzać bieżącą godzinę lub przeglądać inne informacje. Jeśli wyświetlany jest ekran inny niż zegarka, naciśnij klawisz strony domowej, aby powrócić na ekran zegarka.

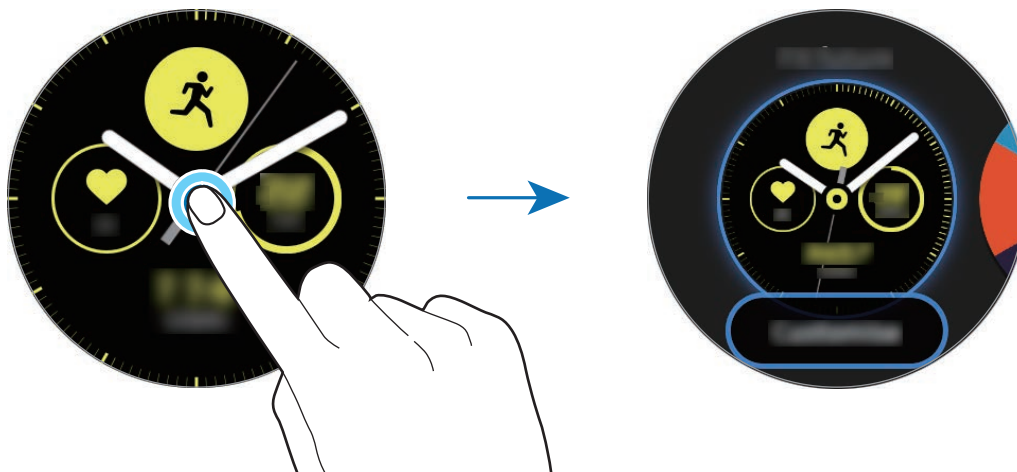



Zmiana tarczy zegarka

Dotknij ekranu Zegarek i przytrzymaj go, a następnie przeciągnij palcem ekran w lewo lub w prawo, a potem wybierz tarczę zegarka.

Można także dostosować tarczę zegarka, dotykając **Dostosuj**.

Aby pobrać więcej tarcz zegarka z aplikacji **Galaxy Store**, dotknij **Galaxy Store**.



Można również zmienić tarczę zegarka. Na ekranie aplikacji dotknij  (**Ustawienia**) → **Tarcze zegarka** → **Tarcze zegarka**.

Tarczę zegarka Galaxy Watch Active można również zmienić za pośrednictwem urządzenia przenośnego. Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Tarcze zegarka** lub **Odkryj**. Aby pobrać więcej tarcz zegarka ze sklepu **Galaxy Store**, dotknij **WIĘCEJ** na ekranie **Polecane tarcze zegarka**.

Dostosowywanie tarczy zegarka za pomocą zdjęcia

Na tarczy zegarka można umieścić zdjęcie po zaimportowaniu zdjęcia z urządzenia przenośnego. Więcej informacji o importowaniu zdjęć z urządzenia przenośnego można znaleźć w rozdziale [Importowanie obrazów z urządzenia przenośnego](#).

- 1 Dotknij ekranu Zegarek i przytrzymaj go, a następnie przeciągnij palcem ekran w lewo lub w prawo, a potem dotknij **Dostosuj** na tarczy zegarka **Moje zdjęcie+**.
- 2 Dotknij ekranu, a następnie dotknij **Dodaj zdjęcie**.

3 Wybierz zdjęcie, które ma być użyte jako tarcza zegarka, i dotknij **OK** → **OK**.

Szybkie dwukrotne dotknięcie albo zsunięcie lub rozsunięcie palców na obrazie umożliwia jego przybliżanie i oddalanie. Kiedy zdjęcie zostanie przybliżone, przeciągnij palcem po ekranie, aby pojawiła się na nim konkretna część zdjęcia.





Aby dodać dodatkowe zdjęcia, należy przeciągnąć palcem ekran w lewo lub w prawo i wybrać **Dodaj zdjęcie**. Można dodać do dwudziestu zdjęć, które będą używane jako tarcze zegarka. Zdjęcia dodane będą się zmieniać kolejno.

4 Przeciągnij palcem po ekranie, aby zmienić kolor lub czcionkę, i dotknij **OK**.




Włączanie funkcji zawsze włączonego zegarka

Można wybrać ustawienie, zgodnie z którym zawsze będzie wyświetlana godzina, gdy ekran jest wyłączony podczas noszenia urządzenia Galaxy Watch Active.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij . Alternatywnie na ekranie aplikacji dotknij  (**Ustawienia**) → **Tarcze zegarka** → **Zegarek zawsze włączony**, a następnie dotknij przełącznika, aby włączyć tę funkcję.

Tryb Tylko zegarek

Urządzenia Galaxy Watch Active można używać w trybie tylko zegarka. W trybie Tylko zegarek wyświetlana jest tylko godzina i nie można używać innych funkcji.

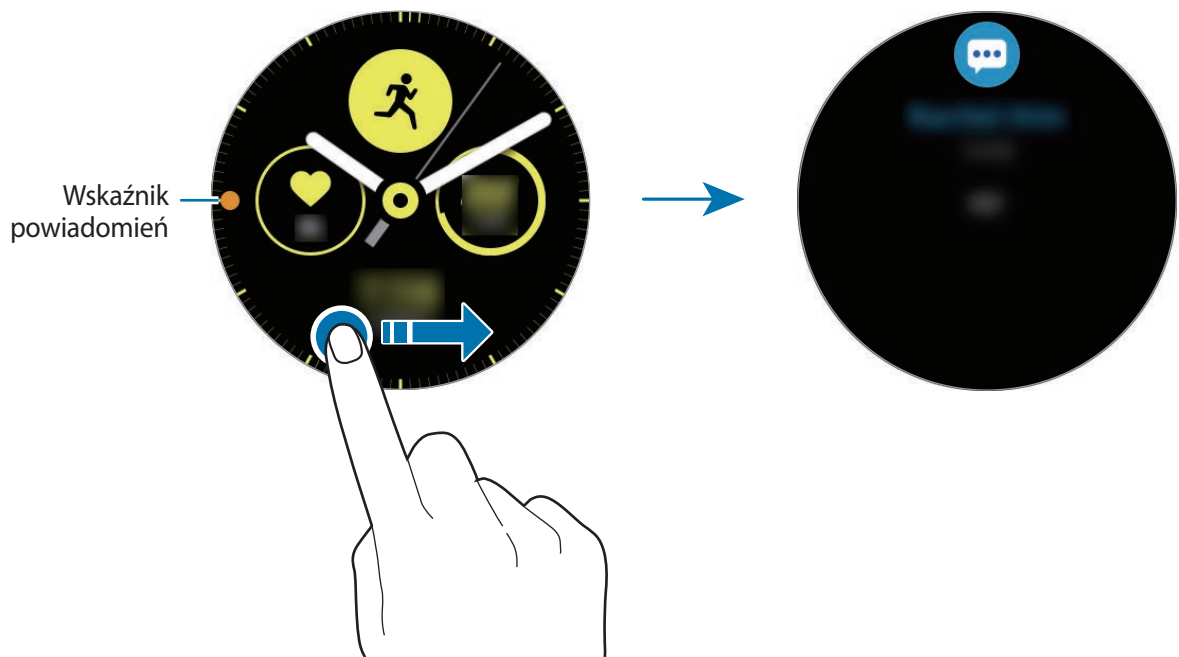
Na panelu szybkiego dostępu dotknij . Alternatywnie na ekranie aplikacji dotknij  (**Ustawienia**) i dotknij **Bateria**, aby otworzyć menu zarządzania baterią. Następnie wybierz **Tylko zegarek** i dotknij .

Aby wyłączyć tryb Tylko zegarek, naciśnij i przytrzymaj klawisz strony domowej przez dłużej niż trzy sekundy.

Powiadomienia

Panel powiadomień

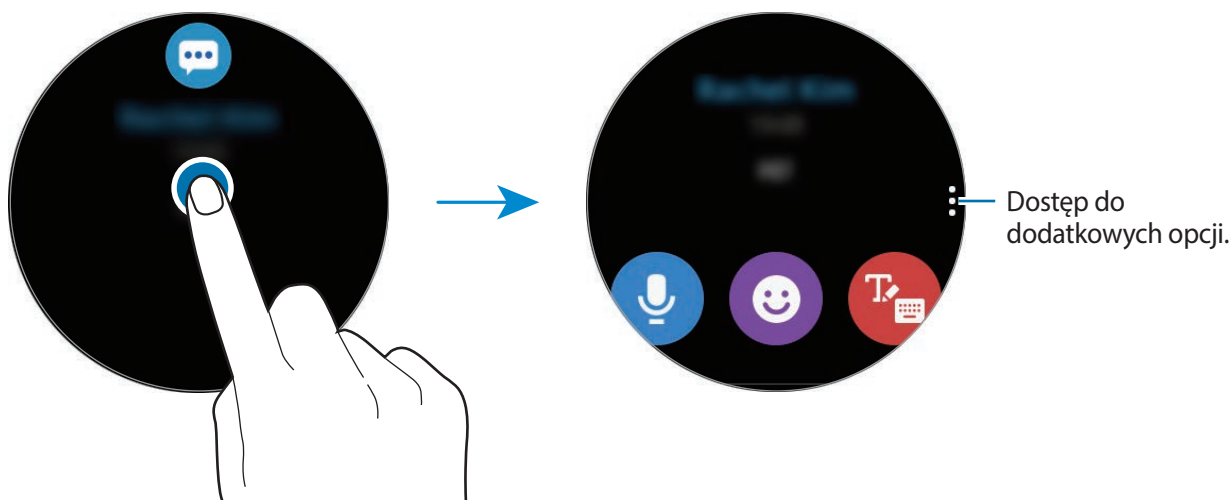
Na panelu powiadomień można sprawdzać powiadomienia, takie jak powiadomienia o nowych wiadomościach lub nieodebranych połączeniach. Na ekranie zegarka przeciągnij palcem w prawo, aby otworzyć panel powiadomień. W przypadku niesprawdzonych powiadomień na ekranie Zegarek widoczna będzie pomarańczowa kropka.



Wyświetlanie powiadomień przychodzących

Po otrzymaniu powiadomienia informacje o nim, takie jak typ powiadomienia lub godzina jego otrzymania, zostaną wyświetlone na ekranie. Po odebraniu więcej niż dwóch powiadomień przeciągnij ekran w lewo lub prawo, aby wyświetlić więcej powiadomień.

Dotknij powiadomienia, aby wyświetlić szczegóły.



Usuwanie powiadomień

Usuń powiadomienie, przesuważąc w górę ekranu w widoku powiadomienia.



Wybór aplikacji do odbierania powiadomień

Możliwe jest wybranie aplikacji na urządzeniu przenośnym, z których dozwolone jest odbieranie powiadomień na zegarku Galaxy Watch Active.

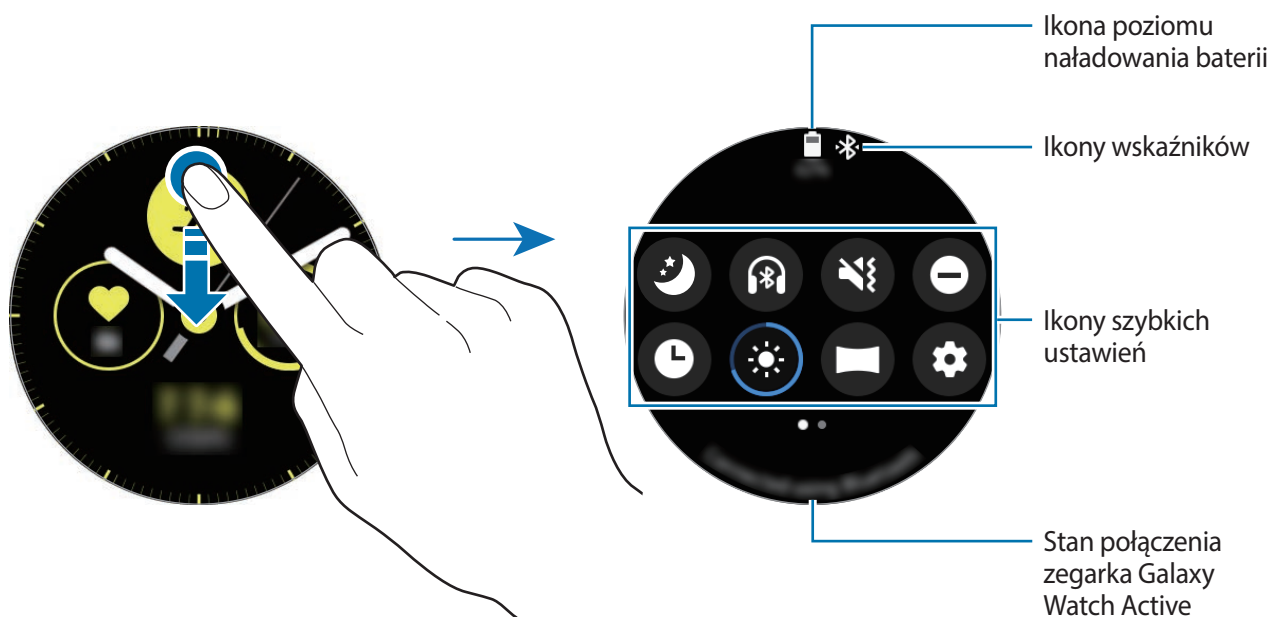
- 1 Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Powiadomienia**, a następnie dotknij przełącznika.
- 2 Dotknij **Zarządzaj powiadomieniami** i dotknij przełącznika obok aplikacji, których powiadomienia mają być przesyłane do urządzenia Galaxy Watch Active.

Panel szybkiego dostępu

Ten panel umożliwia wyświetlanie aktualnego stanu i konfigurowanie ustawień urządzenia Galaxy Watch Active.

Przeciwnij palcem w dół od górnej krawędzi ekranu.

Jeżeli liczba dostępnych ikon szybkich ustawień przekracza dziewięć, przeciwnij ekran w lewo lub w prawo, aby przejść do następnego lub poprzedniego szybkiego dostępu.



Sprawdzanie ikon wskaźników

Ikony wskaźników są wyświetlane na górze panelu szybkiego dostępu. Wskazują one bieżący stan urządzenia Galaxy Watch Active. W poniższej tabeli przedstawiono najczęściej spotykane ikony.



Przedstawione ikony wskaźników mogą się różnić w zależności od regionu.











Ikona	Znaczenie
	Funkcja Bluetooth podłączona
	Funkcja Bluetooth odłączona
	Zestaw słuchawkowy Bluetooth podłączone
	Połączenie z siecią Wi-Fi
	Poziom naładowania baterii

Sprawdzanie ikon szybkich ustawień

Ikony szybkich ustawień są wyświetlane na panelu szybkiego dostępu. Dotknij ikony, aby zmienić podstawowe ustawienia lub łatwo uruchomić żadaną funkcję.

Więcej informacji o dodawaniu nowych ikon do panelu szybkiego dostępu można znaleźć w rozdziale [Zmiana ikon szybkich ustawień](#).


Ikona	Znaczenie
	Włączanie trybu „Dobranoc”
	Podłączanie zestawu słuchawkowego Bluetooth
	Włączanie trybu wibracji lub cichego
	Włączanie trybu „Nie przeszkadzać”
	Włączanie funkcji zawsze włączonego zegarka
	Dostosowywanie jasności
	Włączanie trybu teatru
	Uruchom aplikację Ustawienia .

Ikona	Znaczenie
	Włączanie trybu oszczędzania energii
	Włączanie trybu samolotowego
	Włączanie trybu blokady wodnej
	Połącz się z siecią Wi-Fi lub ustaw automatyczne łączenie się z siecią Wi-Fi
	Włączanie funkcji informacji o lokalizacji
	Otwieranie menu zarządzania baterią
	Uruchomianie aplikacji Znajdź telefon
	Włączanie funkcji NFC
	Odtwarzanie lub wstrzymywanie muzyki
	Włączanie funkcji czułości dotyku

Zmiana ikon szybkich ustawień


Można edytować ikony na panelu szybkiego dostępu.

Dodawanie ikon szybkich ustawień

Dotknij żądanej ikony szybkich ustawień na panelu szybkiego dostępu i przytrzymaj ją, a następnie dotknij , potem wybierz funkcję, która ma być umieszczona na panelu szybkiego dostępu.


Ikona wybranej funkcji zostanie dodana do panelu szybkiego dostępu.

Usuwanie ikon szybkich ustawień

Na panelu szybkiego dostępu dotknij ikony szybkich ustawień, która ma być usunięta, i przytrzymaj ją, a następnie dotknij .


Ikona szybkich ustawień zostanie usunięta.




Można także edytować panel szybkiego dostępu. Na ekranie aplikacji dotknij  (Ustawienia) → **Zaawansowane** → **Edytuj szybkie ustawienia**

Włączanie trybu „Dobranoc”

Włączanie trybu „Dobranoc” na czas snu.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Ikona  będzie wyświetlana u góry ekranu zegarka. Wszystkie powiadomienia poza alarmami są wyciszone, a ekran nie będzie włączany po odebraniu powiadomień w trakcie snu. Automatycznie wyłączone zostaną funkcja Gest wybudzenia i funkcja Zegarek zawsze włączony.

Podłączanie zestawu słuchawkowego Bluetooth

Podłączenie zestawu słuchawkowego Bluetooth pozwala na słuchanie muzyki.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Zostaje włączona funkcja Bluetooth. Zostanie teraz wyszukana lista dostępnych zestawów słuchawkowych Bluetooth. Jeśli dostępny jest poprzednio używany zestaw Bluetooth, zostanie on automatycznie podłączony.

Włączanie wibracji lub trybu cichego

Można włączyć wibracje lub tryb cichy.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij  lub .

Włączanie trybu „Nie przeszkadzać”


Na urządzeniu Galaxy Watch Active można wyciszyć wszystkie powiadomienia poza alarmami, a ekran nie będzie włączany po odebraniu powiadomień.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij  i wybierz żądaną opcję „Nie przeszkadzać”.

Ikona  będzie wyświetlana u góry ekranu zegarka.

Włączanie funkcji zawsze włączonego zegarka

Można wybrać ustawienie, zgodnie z którym zawsze będzie wyświetlana godzina, gdy ekran jest wyłączony, nosząc urządzenie Galaxy Watch Active.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Po włączeniu tej funkcji bateria będzie się wyładowywać szybciej niż przy normalnym użytkowaniu.


Dostosowywanie jasności


Jasność wyświetlacza Galaxy Watch Active można dopasować w razie potrzeby.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij  i dostosuj jasność, dotykając **+** lub **-**.

Włączanie trybu teatru

Włączenie trybu teatru do oglądania filmów.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Ikona  będzie wyświetlana u góry ekranu zegarka. Wszystkie alarmy i powiadomienia są wyciszone, a ekran nie będzie włączany po odebraniu powiadomienia lub uruchomieniu alarmu. Automatycznie wyłączone zostaną funkcja Gest wybudzenia i funkcja Zegarek zawsze włączony.

Uruchomianie aplikacji Ustawienia

Uruchom aplikację **Ustawienia**, aby skonfigurować różne funkcje zegarka Galaxy Watch Active.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Zostanie uruchomiona aplikacja **Ustawienia**.

Włączanie trybu oszczędzania energii

Tryb oszczędzania energii umożliwia wyłączenie niektórych funkcji urządzenia Galaxy Watch Active i ograniczenie zużycia baterii.


Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Kolory są wyświetlane na ekranie jako odcienie szarości.

Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Tryb oszczędzania energii](#).

Włączanie trybu samolotowego

Tryb samolotowy można włączyć podczas wchodzenia na pokład samolotu. Włączenie tej funkcji uniemożliwia korzystanie z aplikacji wymagających połączenia sieciowego, ale pozwala na używanie innych funkcji jak zwykle.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Ikona  będzie wyświetlana u góry ekranu zegarka.

Włączanie trybu blokady wodnej

Tryb Blokada wodna można włączyć podczas ćwiczeń w wodzie.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .


Automatycznie wyłączone zostaną ekran dotykowy, funkcja Gest wybudzenia, a także funkcja Zegarek zawsze włączony.

Naciśnij i przytrzymaj klawisz strony domowej, aż zostanie wyświetlony okrąg, aby wyłączyć tryb blokady wodnej.


Podłączanie do sieci Wi-Fi

Ręcznie połącz się z siecią Wi-Fi lub włącz automatyczne łączenie się z siecią Wi-Fi.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij  lub .


Zostanie nawiązane połączenie z siecią Wi-Fi lub połączenie to zostanie rozłączone. Połączenie z siecią Wi-Fi zostanie nawiązane automatycznie po wyświetleniu .



Ikona  nie pojawia się, a sieć Wi-Fi nie łączy się automatycznie, kiedy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

Włączanie funkcji informacji o lokalizacji

Włączając informacje o lokalizacji, można używać danych GPS i danych dotyczących lokalizacji w niektórych aplikacjach.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Otwieranie menu zarządzania baterią


Zużyciem baterii można łatwo zarządzać w menu zarządzania baterią.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Zostanie wyświetlone menu zarządzania baterią.

Uruchomianie aplikacji Znajdź telefon

Uruchomianie aplikacji **Znajdź telefon** i odnajdywanie telefonu po jego zawieruszeniu.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

W urządzeniu przenośnym będzie emitowany dźwięk i włączy się ekran. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Znajdź mój zegarek](#).



Ta funkcja nie jest wyświetlana, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

Włączanie funkcji NFC

Włącz funkcje NFC.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Funkcji NFC można używać, korzystając z anteny NFC. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [NFC](#).

Odtwarzanie lub wstrzymywanie muzyki

Możliwe jest odtwarzanie lub wstrzymywanie muzyki.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij  lub .

Zostanie odtworzona lub wstrzymana muzyka na zegarku Galaxy Watch Active lub połączonym urządzeniu przenośnym. Muzyki można też słuchać po podłączeniu zestawu słuchawkowego Bluetooth.

Włączanie funkcji czułości dotyku

Funkcję czułości dotyku można włączyć, aby używać ekranu dotykowego w rękawiczkach.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .



W zależności od rodzaju rękawiczek ekran dotykowy może nie rozpoznać dotyku i funkcja może się nie włączyć.

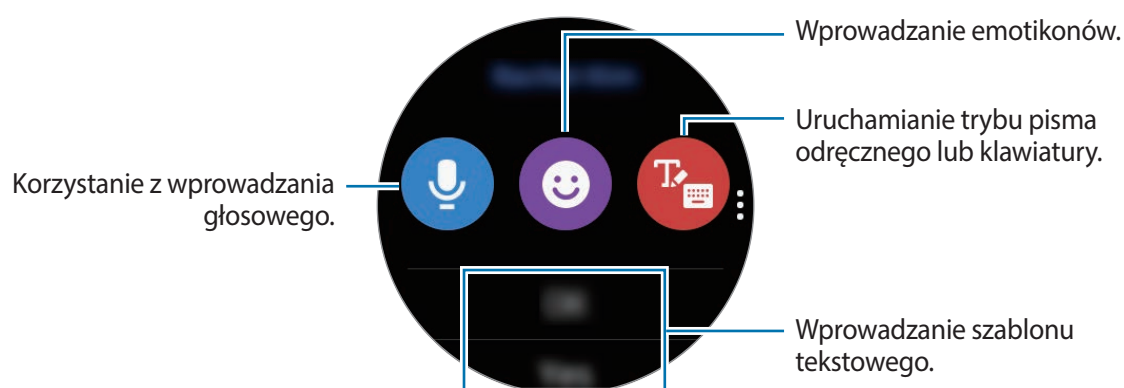
Wprowadzanie tekstu

Wstęp


Wyświetlony zostanie ekran wprowadzania tekstu, na którym można wprowadzić tekst, np. podczas wysyłania wiadomości.




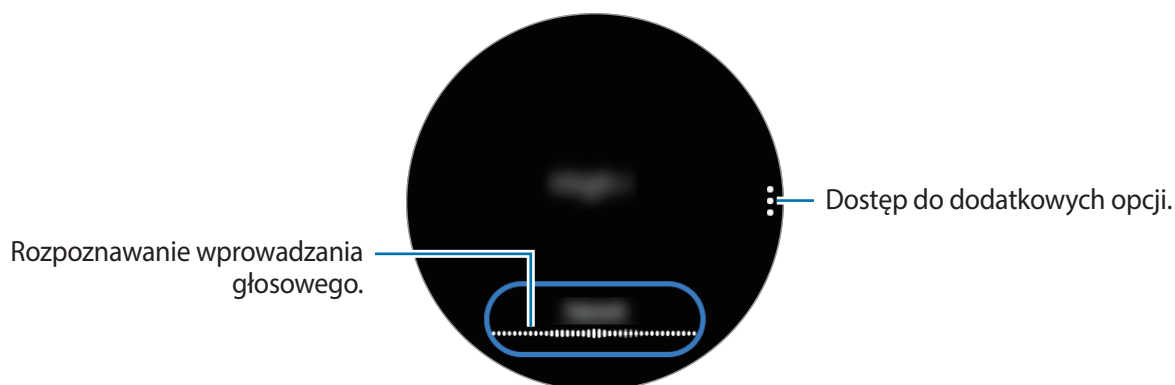
- Ekran wprowadzania tekstu może różnić się w zależności od uruchomionej aplikacji.
- Gdy zegarek Galaxy Watch Active jest połączony z urządzeniem przenośnym za pośrednictwem Bluetooth, ustawienia języka z urządzenia przenośnego są stosowane też na nim.



Korzystanie z wprowadzania głosowego

Dotknij  i zacznij mówić, aby wprowadzić wiadomość.

Aby zmienić rozpoznawany język, dotknij  → **Języki wprowadz.**





- Ta funkcja nie jest obsługiwana w niektórych językach.
- **Wskazówki dotyczące lepszego rozpoznawania głosu**
 - Mów wyraźnie.
 - Mów w cichych miejscach.
 - Nie używaj slangu ani słów obraźliwych.
 - Unikaj mówienia w dialekcie.

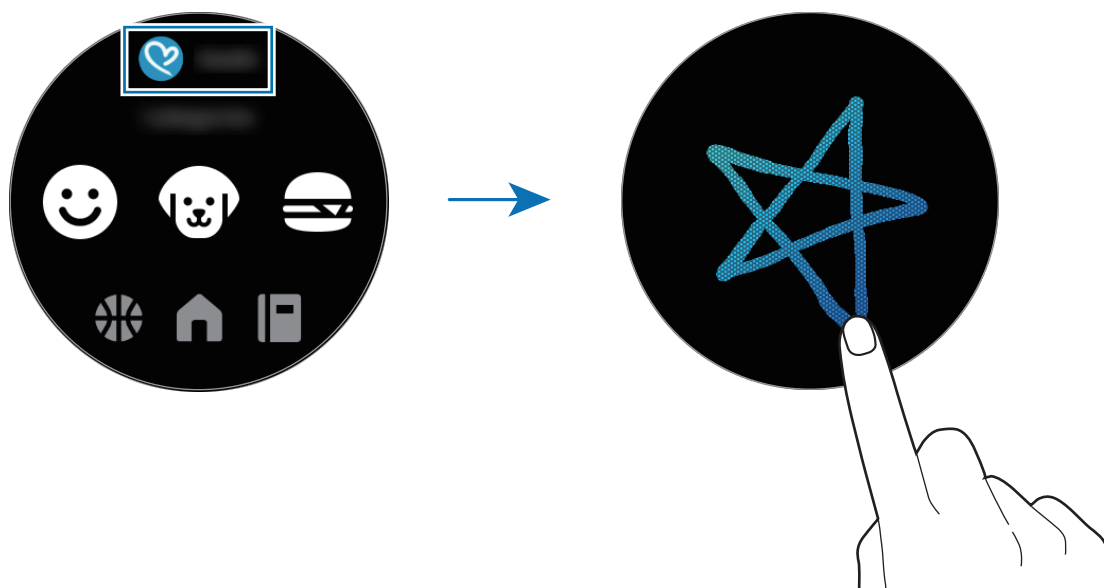
Urządzenie Galaxy Watch Active może nie rozpoznać wypowiedzianych poleceń w zależności od otoczenia i sposobu mówienia.

Użycie emotikon


Dotknij 😊 i wybierz kategorię. Pojawi się lista emotikonów wybranej kategorii.

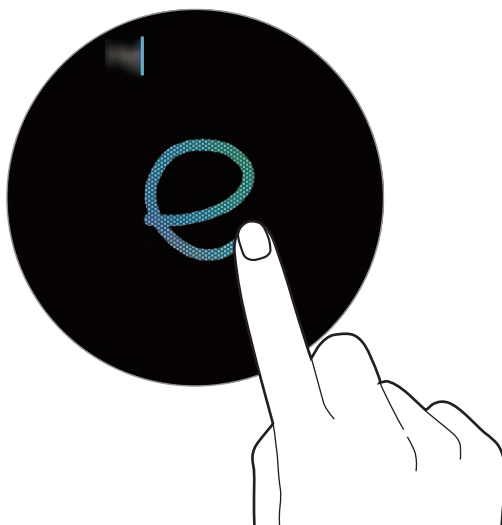
Aby narysować rysunek, dotknij **Rysunek** w górnej części ekranu, a następnie narysuj wiadomość.

Dotknij ↶, aby usunąć po kolei każdy wprowadzony detal. Aby odzyskać detal, dotknij ↷.



Użycie trybu pisma odręcznego lub klawiatury

Dotknij , aby włączyć tryb pisma odręcznego i napisać tekst na ekranie.



Ta funkcja może nie być dostępna w zależności od regionu.

Zmianianie trybu wprowadzania


Przeciągnij ekran w prawo od lewej krawędzi ekranu wprowadzania tekstu i wybierz żądany tryb wprowadzania. Można przełączać się między trybem tekstowym, trybem emotikonów, trybem cyfr, trybem wprowadzania głosowego, trybem pisma odręcznego i trybem znaków interpunkcyjnych.




Tryb pisma odręcznego jest dostępny w wybranych regionach.

Zmianianie języka wprowadzania

Przeciągnij klawisz spacji w lewo lub w prawo, jednocześnie dotykając i przytrzymując go, aby zmienić język wpisywania w trybie tekstowym.

Aby dodać więcej języków, przełącz na tryb cyfr, tryb znaków interpunkcyjnych lub tryb emotikon. Następnie dotknij  → **Wybierz języki wprov.** i wybierz język do dodania. Można dodać tylko dwa języki.

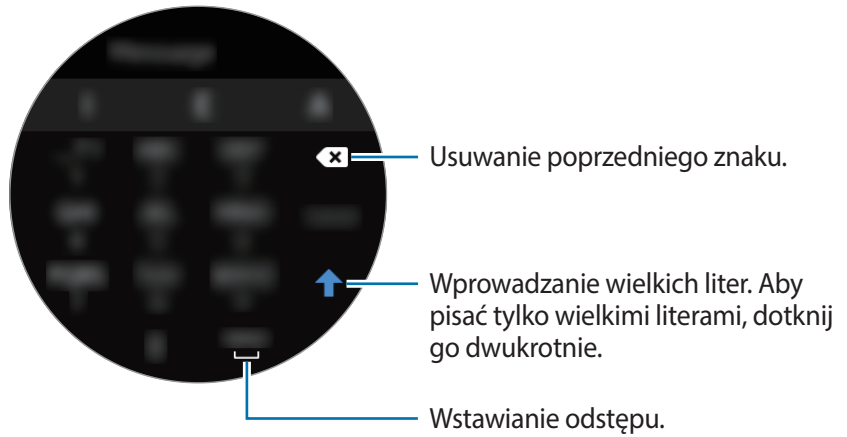
Korzystanie z klawiatury

Przeciągnij ekran w prawo od lewej krawędzi ekranu wprowadzania tekstu i wybierz .

Klawiatura zostanie wyświetlona w trybie tekstowym.



- Tekst można wprowadzać tylko w niektórych językach. Aby wprowadzić tekst, należy zmienić język wprowadzania na jeden z obsługiwanych języków.
- Wygląd klawiatury może się różnić w zależności od regionu.



Aplikacje i funkcje

Wiadomości

Za pomocą urządzenia Galaxy Watch Active można wyświetlać wiadomości i odpowiadać na nie.

Przeglądanie wiadomości




Za odbieranie wiadomości podczas korzystania z roamingu mogą być naliczane dodatkowe opłaty.

1 Dotknij  (**Wiadomości**) na ekranie aplikacji.

Ewentualnie na ekranie zegarka przeciągnij ekran w prawo, aby otworzyć panel powiadomień i wyświetlić nową wiadomość.

2 Przewiń listę wiadomości, a następnie wybierz kontakt, aby wyświetlić swoje rozmowy.

Aby wyświetlić wiadomość na urządzeniu przenośnym, dotknij , przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, a następnie dotknij **Pokaż w telef.**

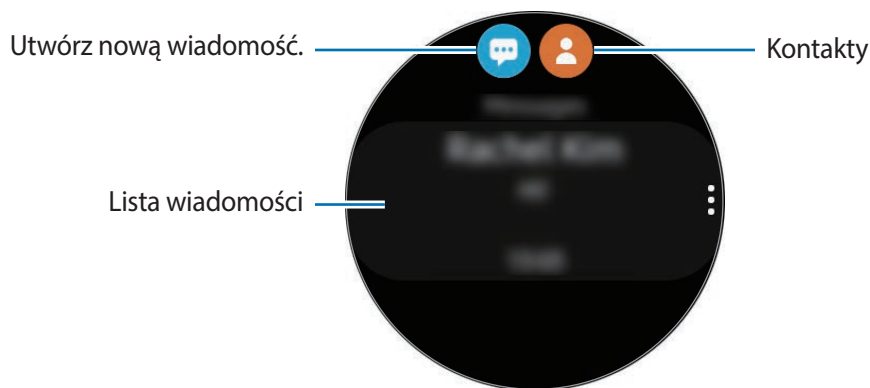
Aby odpowiedzieć na wiadomość, wybierz tryb wprowadzania i wprowadź wiadomość.

Wysyłanie wiadomości



Za wysyłanie wiadomości podczas korzystania z roamingu mogą być naliczane dodatkowe opłaty.

- 1 Dotknij  (**Wiadomości**) na ekranie aplikacji.



- 2 Dotknij .


Można również wybrać odbiorcę wiadomości, dotykając  na liście kontaktów.

- 3 Dodaj odbiorcę i dotknij **Dalej**.



- 4 Wybierz tryb wprowadzania i wprowadź wiadomość, a następnie dotknij **Wyślij**.

Po wybraniu szablonu tekstu dotknij .

Po wybraniu emotikony wiadomość zostanie automatycznie wysłana do odbiorców.

Wprowadzając tekst za pomocą głosu, możesz wskazać format wiadomości poprzez wybór tekstu lub audio. Jeśli ekran wyboru formatu wiadomości nie pojawia się, na ekranie aplikacji dotknij  (**Ustawienia**) → **Aplikacje** → **Wiadomości** i dotknij przełącznika **Wyślij jako audio**, aby włączyć tę funkcję.

Usuwanie wiadomości

- 1 Dotknij  (Wiadomości) na ekranie aplikacji.
- 2 Przewiń listę wiadomości, a następnie wybierz kontakt, aby wyświetlić swoje rozmowy.
- 3 Dotknij , przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, a następnie dotknij **Usuń**.
Wiadomość zostanie usunięta zarówno z urządzenia Galaxy Watch Active, jak i połączonego urządzenia przenośnego.

Telefon

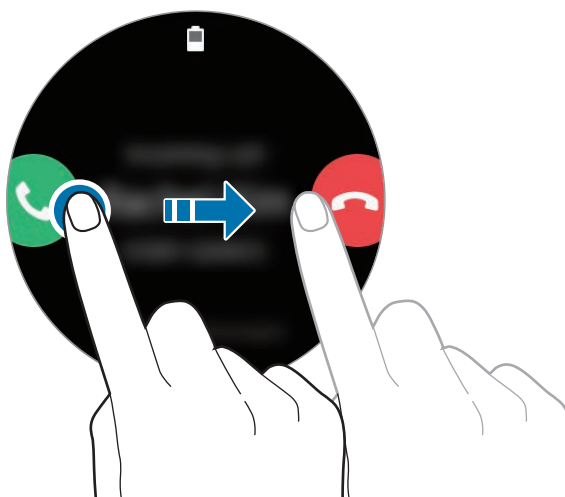
Wstęp

Możliwe jest wykonywanie połączeń lub sprawdzanie połączeń przychodzących i odbieranie ich. Rozmowy telefoniczne można jednak prowadzić tylko przez połączone urządzenie przenośne.

Odbieranie połączeń


Odbieranie połączenia

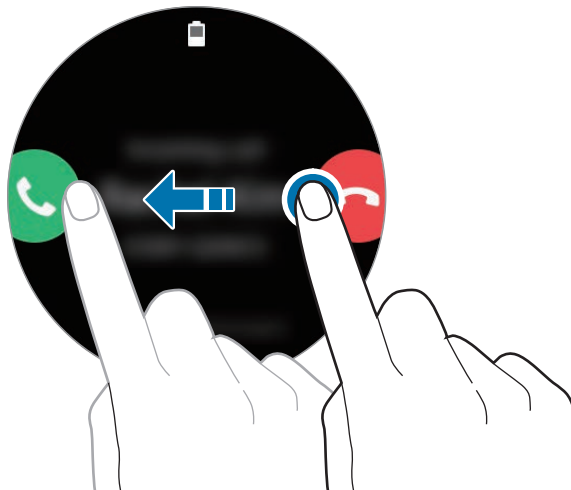
Podczas sygnału połączenia przychodzącego przeciągnij  poza duży okrąg.



Rozmowy telefoniczne można prowadzić za pośrednictwem połączonego urządzenia przenośnego przy użyciu zegarka Galaxy Watch Active.


Odrzucanie połączenia

Można odrzucać połączenia przychodzące i wysłać do osoby dzwoniącej wiadomość o odrzuceniu. Podczas sygnału połączenia przychodzącego przeciągnij  poza duży okrąg.



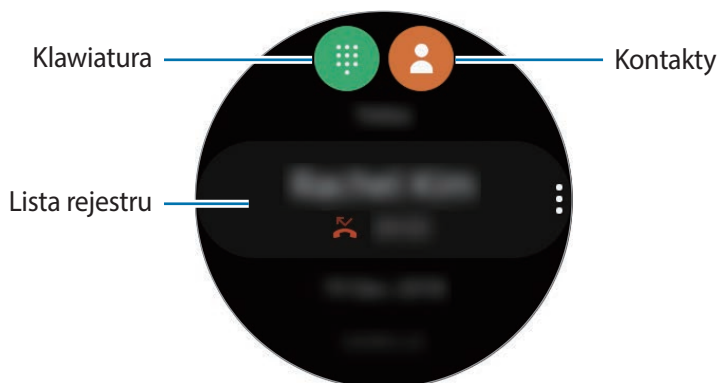
Aby po odrzuceniu połączenia przychodzącego wysłać wiadomość, przeciągnij w górę od dolnej krawędzi ekranu.

Nieodebrane połączenia






Jeżeli połączenie nie zostanie odebrane, na panelu powiadomień zostanie wyświetlone powiadomienie o nieodebranym połączeniu. Na ekranie zegarka przeciągnij ekran w prawo, aby otworzyć panel powiadomień i wyświetlić powiadomienie o nieodebranym połączeniu. Alternatywnie dotknij  (Telefon) na ekranie aplikacji, aby wyświetlić nieodebrane połączenia.

Nawiązywanie połączeń

Dotknij  (Telefon) na ekranie aplikacji.



Użyj jednej z następujących metod:

- Dotknij , wprowadź numer przy użyciu klawiatury, a następnie dotknij .
- Dotknij , przewiń listę kontaktów, wybierz kontakt, a następnie dotknij .
- Przewiń listę rejestru, wybierz pozycję rejestru, a następnie dotknij .

Kontakty


Kontakty zapisane na urządzeniu przenośnym można też zapisać na zegarku Galaxy Watch Active po ich połączeniu. Można w ten sposób wybrać numer lub wysłać wiadomość do osoby z listy kontaktów.

Dotknij  (Kontakty) na ekranie aplikacji.





Kontakty z listy ulubionych w urządzeniu przenośnym zostaną wyświetlone na liście kontaktów w pierwszej kolejności.



Użyj jednej z następujących metod wyszukiwania:

- Na górze listy kontaktów dotknij  i wprowadź kryteria wyszukiwania.
- Przewiń listę kontaktów. Szybkie przeciągnięcie palcem w górę lub w dół na ekranie umożliwia przewinięcie listy alfabetycznie, od pierwszej litery.

Po wybraniu kontaktu wykonaj jedną z poniższych czynności:

-  : Nawiązywanie połączenia głosowego.
-  : Tworzenie wiadomości.

Dodawanie kontaktów

- 1 Dotknij  (**Kontakty**) na ekranie aplikacji.
- 2 Na górze listy kontaktów dotknij  i wprowadź informacje o kontakcie.
- 3 Dotknij **ZAPISZ**.

Wybór często używanych kontaktów w widżecie


Alternatywnie na ekranie zegarka przeciągnij po ekranie w lewo i dodaj często używane kontakty z widżetu **Kontakty**, aby móc kontaktować się z nimi bezpośrednio za pomocą wiadomości tekstowych lub połączeń telefonicznych. Dotknij **Dodaj**, wybierz kontakt, a następnie dotknij **Gotowe**.



- Aby używać widżetu **Kontakty**, trzeba go najpierw dodać. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Dodawanie widżetów](#).
- Do widżetu można dodać do czterech kontaktów.

Dodawanie informacji medycznych do profilu

Do profilu możesz dodać informacje medyczne, które będą błyskawicznie dostępne dla służb ratunkowych w sytuacji zagrożenia.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Kontakty**, wybierz swój profil, a następnie wprowadź informacje medyczne. Aby wyświetlić swoje informacje medyczne na urządzeniu Galaxy Watch Active, na ekranie aplikacji dotknij  (**Kontakty**) i wybierz swój profil, a następnie przeciągnij palcem w górę od dolnej krawędzi ekranu.

W sytuacji zagrożenia naciśnij i przytrzymaj klawisz strony domowej urządzenia Galaxy Watch Active (klawisz zasilania) i dotknij **Ratunkowe dane medyczne**.



- Funkcja ta może nie być dostępna w zależności od tego, jakie urządzenie przenośne połączone jest z zegarkiem Galaxy Watch Active.

Samsung Health

Wstęp

Aplikacja Samsung Health umożliwia rejestrowanie aktywności z okresu 24 godzin i wzorów snu oraz zarządzanie nimi. Podłączając urządzenie Galaxy Watch Active do urządzeń przenośnych, można zapisywać i zarządzać danymi dotyczącymi stanu zdrowia z aplikacji Samsung Health.

Jeśli funkcja automatycznego rozpoznawania ćwiczeń jest włączona i będziesz ćwiczyć przez dłużej niż 10 minut, nosząc zegarek Galaxy Watch Active, pojawi się dopingująca wiadomość. Gdy urządzenie Galaxy Watch Active wykryje brak aktywności przed ponad godzinę, wyświetli powiadomienie i zaproponuje kilka ćwiczeń rozciągających. Kiedy urządzenie Galaxy Watch Active rozpozna jazdę samochodem, może nie wyświetlać wiadomości zachęcających ani propozycji ćwiczeń rozciągających.

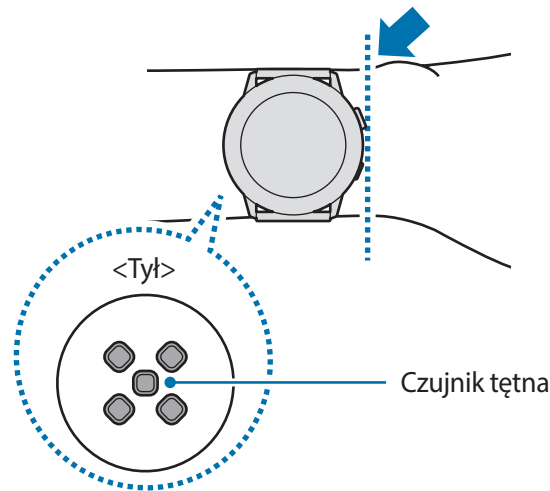
Na ekranie aplikacji dotknij  (Samsung Health).



- Funkcje aplikacji Samsung Health opracowano wyłącznie z myślą o dobrym samopoczuciu, stanie zdrowia i kondycji. Nie są przeznaczone do zastosowań medycznych. Zanim zaczniesz posługiwać się tymi funkcjami, dokładnie zapoznaj się z niniejszą instrukcją.
- Wszelkie informacje uzyskane za pomocą urządzenia Galaxy Watch Active lub oprogramowania Fit oraz jakiegokolwiek aplikacji fabrycznie zainstalowanej na urządzeniu mogą nie być odpowiednie, dokładne lub godne zaufania.

Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Watch Active

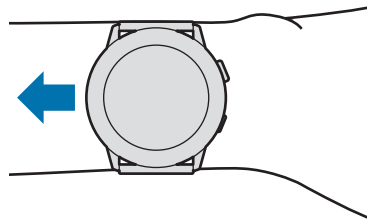
- Po włączeniu funkcji automatycznego śledzenia tętna lub gdy urządzenie Galaxy Watch Active wykryje wykonywane ćwiczenia, tętno będzie śledzone automatycznie. Podczas pomiaru tętna należy dokładnie dopasować urządzenie Galaxy Watch Active do ręki powyżej nadgarstka, tak jak pokazano na poniższym rysunku.
- Zbyt mocne zapięcie paska zegarka Galaxy Watch Active może spowodować podrażnienie skóry, a zbyt luźne — otarcia.



- Precyzja działania czujnika tętna zależy od warunków pomiaru i czynników otoczenia.
- Z funkcji HR należy korzystać tylko do pomiaru tętna.
- Nie należy patrzeć bezpośrednio na diody czujnika tętna. Może to wpłynąć na pogorszenie wzroku. Nie pozwól dzieciom patrzeć bezpośrednio na diody.
- Niska temperatura powietrza może wpłynąć na wynik pomiaru; gdy jest zimno, np. w zimie, należy się dobrze rozgrzać, aby zmierzyć tętno.



- Palenie lub picie alkoholu przed dokonywaniem pomiaru może spowodować, że tętno będzie inne, niż zazwyczaj.
- Nie należy rozmawiać, ziewać ani głęboko oddychać podczas wykonywania pomiaru tętna. Nieprzestrzeganie tego zalecenia może spowodować niedokładny pomiar.
- Ponieważ działanie czujnika tętna opiera się na wykorzystaniu światła, jego precyzja zależy od czynników fizycznych, które wpływają na pochłanianie i odbicie światła, jak ciśnienie i krążenie krwi, stan skóry oraz rozmieszczenie i wielkość naczyń krwionośnych. Ponadto, jeśli tętno jest wyjątkowo wysokie lub niskie, wyniki pomiarów mogą być nieprecyzyjne.
- U osób z cienkim nadgarstkiem wynik pomiaru tętna może być niepoprawny, ponieważ światło odbijane jest nierównomiernie wskutek zbyt luźnego zapięcia urządzenia. Jeśli pomiar tętna nie działa poprawnie, należy przesunąć czujnik tętna urządzenia w prawo, w lewo, w górę lub w dół na nadgarstku lub nosić urządzenie na wewnętrznej stronie ramienia, tak aby czujnik dotykał skóry.




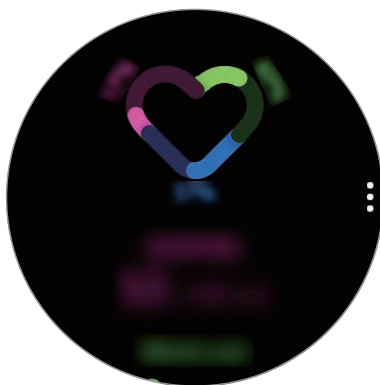
- Jeżeli czujnik tętna jest brudny, należy przetrzeć czujnik i spróbować ponownie. Przeszkody pomiędzy paskiem urządzenia a nadgarstkiem, na przykład włosy, brud lub inne objekty, mogą spowodować nierównomierne padanie światła. Takie przeszkody powinny zostać usunięte przed użyciem.
- Jeśli urządzenie stanie się ciepłe, zdejmij je i poczekaj, aż się ochłodzi. Długotrwały kontakt skóry z rozgrzaną powierzchnią urządzenia może spowodować poparzenie.

Dzienna aktywność

Można sprawdzać realizację celu dziennej aktywności na podstawie wartości docelowej, takiej jak liczba spalonych kalorii, czas treningu, lub informacji o dziennej aktywności.

Sprawdzanie dziennej aktywności

Na ekranie aplikacji dotknij  (Samsung Health), przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, a następnie otwórz ekran aplikacji monitorującej dzienną aktywność. Alternatywnie na ekranie zegarka przeciągnij ekran w lewo i wybierz widжет **Dzienna aktywność**, aby go uruchomić.



- **Aktywność:** sprawdzanie dziennej liczby spalonych kalorii w trakcie aktywności wykonanych w ciągu dnia. W miarę zbliżania się do osiągnięcia celu liczby kalorii wartości na wykresie będą rosły.
- **Trening:** sprawdzanie łącznego czasu ćwiczeń w ramach aktywności wykonanych w ciągu dnia. Czasy różnych ćwiczeń będą rozpoznawane automatycznie. Uwzględniane będą też czasy ręcznie rozpoczętych ćwiczeń. W miarę zbliżania się do osiągnięcia celu treningu wartości na wykresie będą rosły.
- **Godziny ruchu:** sprawdzanie czasu aktywności w rozkładzie godzinowym w ciągu dnia. W miarę zbliżania się do osiągnięcia celu czasowego przez wykonywanie lekkich aktywności, takich jak rozciąganie i spacer, wartości na wykresie będą rosły.

Aby przejrzeć tygodniowe zapisy na wykresie, przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie.

Ustawianie celu dziennej aktywności

- 1 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie aplikacji monitorującej dzienną aktywność i dotknij **Ustaw**.
- 2 Dotknij **Ustaw cele** i wybierz opcję aktywności.
- 3 Dotknij pola wprowadzania celu i przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, aby ustawić cel.
- 4 Dotknij **GOTOWE**.


Konfigurowanie powiadomień

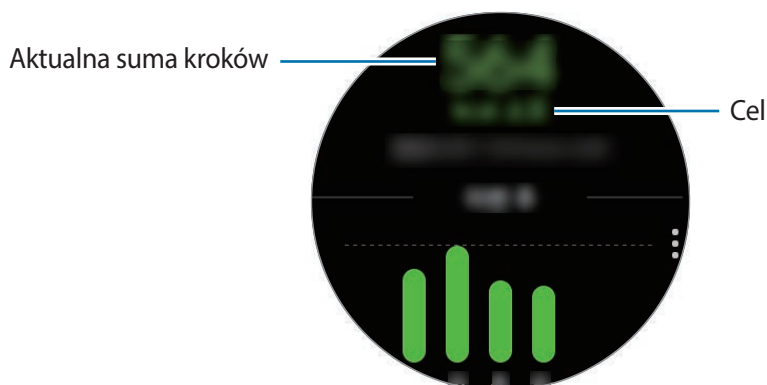
Aby otrzymać powiadomienie po osiągnięciu ustawionego celu, przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, dotknij **Ustaw**., a następnie dotknij przełącznika **Powiadomienia**, aby go włączyć.

Kroki

Zegarek Galaxy Watch Active liczy wykonane kroki oraz mierzy przebyty dystans.

Pomiar liczby wykonanych kroków oraz przebytego dystansu

Na ekranie aplikacji dotknij  (**Samsung Health**), przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, a następnie otwórz ekran aplikacji monitorującej kroki.



Aby przejrzeć tygodniowe zapisy na wykresie, przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie.



- Po uruchomieniu pomiaru liczby kroków aplikacja monitorująca kroki będzie rejestrować ich liczbę. Będzie ona wyświetlana z pewnym opóźnieniem, ponieważ urządzenie Galaxy Watch Active precyzyjnie rozpoznaje ruch dopiero po pewnym czasie. Ze względu na precyzyjny pomiar liczby kroków może też wystąpić niewielkie opóźnienie zanim w okienku wyskakującym zostanie wyświetlona informacja, że cel został osiągnięty.
- W przypadku używania aplikacji monitorującej kroki podczas podróży pociągiem lub samochodem, wibracje mogą wpływać na liczbę kroków.

Ustawianie docelowej liczby kroków

- 1 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie aplikacji monitorującej kroki i dotknij **Ustaw**.
- 2 Dotknij **Cel dot. krok**.
- 3 Dotknij pola wprowadzania celu i przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, aby ustawić cel.
- 4 Dotknij **GOTOWE**.


Konfigurowanie powiadomień

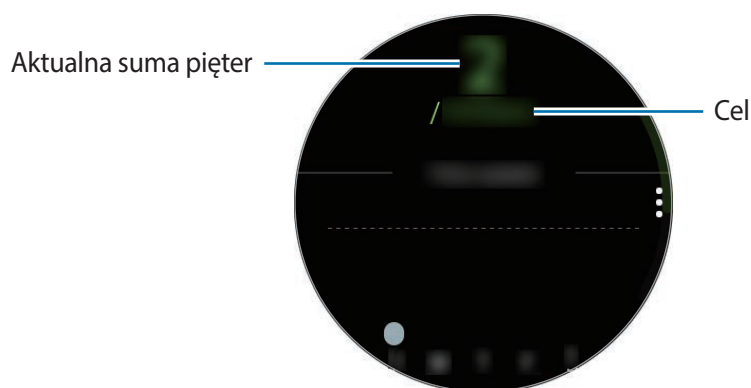
Aby otrzymać powiadomienie po osiągnięciu ustawionego celu, przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, dotknij **Ustaw**, a następnie dotknij przełącznika **Powiadomienia**, aby go włączyć.

Piętra

Rejestrowanie i śledzenie liczby pokonanych pięter.

Pomiar liczby pokonanych pięter

Na ekranie aplikacji dotknij  (Samsung Health), przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, a następnie otwórz ekran aplikacji monitorującej liczbę pokonanych pięter.



Aby przejrzeć tygodniowe zapisy na wykresie, przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie.



- Za wysokość jednego piętra przyjmowane są około 3 metry. Liczba faktycznie pokonanych pięter może nie być zgodna z wyświetlaną.
- Pomiar liczby pokonanych pięter może nie być dokładny w zależności od otoczenia, ruchu użytkownika oraz budynku.
- Pomiar liczby pokonanych pięter może nie być dokładny, jeżeli do czujnika ciśnienia atmosferycznego dostanie się woda (z prysznica lub innych aktywności w wodzie) lub ciała obce. Jeśli na urządzeniu Galaxy Watch Active są krople środka czyszczącego, potu lub deszczu, przed użyciem należy przemyć urządzenie czystą wodą i dokładnie wysuszyć czujnik ciśnienia atmosferycznego.

Ustawianie docelowej liczby pokonanych pięter

- 1 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie aplikacji monitorującej liczbę pokonanych pięter i dotknij **Ustaw**.
- 2 Dotknij **Docelowo pięter**.

3 Dotknij pola wprowadzania celu i przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, aby ustawić cel.


4 Dotknij **GOTOWE**.

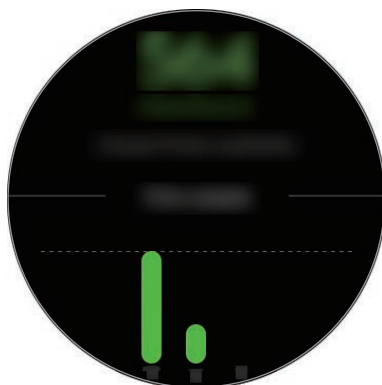
Konfigurowanie powiadomień

Aby otrzymać powiadomienie po osiągnięciu ustawionego celu, przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, dotknij **Ustaw.**, a następnie dotknij przełącznika **Powiadomienia**, aby go włączyć.

Kalorie

Możesz sprawdzić ilość spalonych kalorii w wybranym dniu lub tygodniu.

Na ekranie aplikacji dotknij  (**Samsung Health**), przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, a następnie otwórz ekran kalorii.



- Łączna liczba spalonych kalorii uwzględnia podstawową przemianę materii na podstawie zarejestrowanego profilu. Przy pierwszym uruchomieniu aplikacji **Samsung Health** liczba spalonych kalorii będzie równa podstawowej przemianie materii do czasu uruchomienia aplikacji.
- Kalorie spalone w trakcie aktywności wynikają z ćwiczeń lub innych wykonywanych czynności.

Ćwiczenie

Funkcja Ćwiczenie umożliwia rejestrowanie informacji o ćwiczeniach i sprawdzanie wyników, np. liczba spalonych kalorii.



- Przed użyciem tej funkcji kobiety ciężarne, osoby starsze, małe dzieci i użytkownicy cierpiące na dolegliwości takie jak chroniczne choroby serca czy wysokie ciśnienie krwi powinny skonsultować się z lekarzem.
- Jeśli podczas ćwiczeń poczujesz oszołomienie, ból lub wystąpią problemy z oddychaniem, zaprzestań używania tej funkcji i skonsultuj się z lekarzem.
- Jeśli niedawno zakupiono lub zresetowano urządzenie Galaxy Watch Active, należy utworzyć profil użytkownika.

Zanim rozpoczniesz ćwiczenia w zimnych warunkach pogodowych, zapoznaj się z następującymi warunkami:

- Stosowanie urządzenia przy niskiej temperaturze powietrza jest niewskazane. Urządzenie jest przeznaczone do użytku raczej w pomieszczeniach.
- Jeśli zegarek Galaxy Watch Active ma być używany na zewnątrz przy niskiej temperaturze powietrza, należy go wcześniej zasłonić rękawem.


Rozpoczynanie ćwiczeń

1 Na ekranie aplikacji dotknij  (Samsung Health).

2 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie, otwórz ekran aplikacji monitorującej ćwiczenia, a następnie dotknij **Trenuj**.



Na ekranie zegarka przeciągnij ekran w lewo i rozpocznij ćwiczenia bezpośrednio z widgetu **Wiele treningów**. Dotknij **Dodaj**, aby dodać do czterech różnych rodzajów ćwiczeń.

3 Na liście rodzajów ćwiczeń dotknij  obokżądanego rodzaju ćwiczeń.

Zostanie wyświetlony ekran, na którym można ustawić szczegóły ćwiczenia, takie jak cel.

Aby rozpocząć ćwiczenie, dotknij rodzaju ćwiczeń.

Jeżeli na liście nie ma żądanego rodzaju ćwiczeń, dotknij **Więcej treningów** i wybierz żądany rodzaj ćwiczeń.

4 Dotknij **Cel**, wybierz rodzaj celu, a następnie ustaw szczegóły celu.



Jeżeli celem będzie **Tren. podst.**, można go wykonywać tak długo, jak trzeba bez ograniczenia czasowego ani odległości.


5 Dotknij **Ekran treningu**, aby dostosować ekran ćwiczeń.



- Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Dostosowywanie ekranu ćwiczeń](#).
- Nie można zmienić ekranu informacji o ćwiczeniach w trakcie treningu.

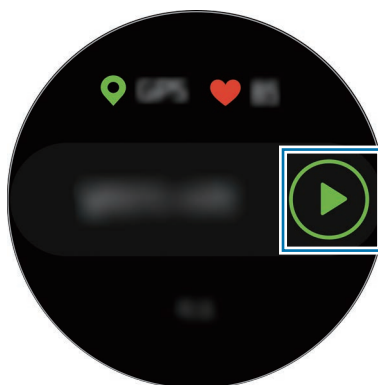
6 Ustaw różne opcje dla każdego rodzaju ćwiczenia.

- **Lokalizac.:** ustawianie wbudowanej anteny GPS zegarka Galaxy Watch Active, aby umożliwiła śledzenie bieżącego położenia podczas treningu na zewnątrz.
- **Autom.wstrz.:** ustawianie funkcji ćwiczeń zegarka Galaxy Watch Active tak, aby wstrzymywała się automatycznie po zakończeniu treningu.
- **Częstotliwość przerw:** ustawianie wyświetlania przewodnika po każdorazowym osiągnięciu ustawionej odległości lub czasu.
- **Długość basenu:** ustawianie długości basenu.

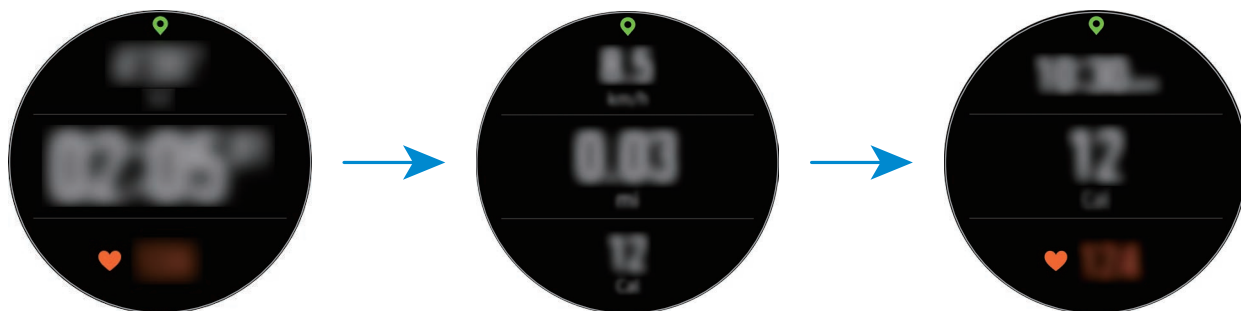
7 Dotknij , aby rozpocząć ćwiczenia.



- Należy określić, czy mają być używane informacje o lokalizacji przy pierwszym użyciu urządzenia Galaxy Watch Active po jego zakupie lub po przywróceniu ustawień fabrycznych. Informacje o lokalizacji są domyślnie włączone.
- Tętno jest mierzone w sekundach po rozpoczęciu ćwiczeń. Aby pomiar tętna za pomocą urządzenia Galaxy Watch Active był precyzyjny, najlepiej nosić urządzenie na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała.
- Nie ruszaj się do momentu wyświetlenia na ekranie informacji o tętnie, aby umożliwić bardziej dokładny pomiar.
- Różne czynniki, takie jak otoczenie, stan fizjologiczny lub sposób noszenia zegarka Galaxy Watch Active, mogą tymczasowo uniemożliwić wyświetlenie tętna.
- Po wybraniu **Pływanie (basen)** lub **Pływanie (na zewnątrz)** tryb Blokada wodna zostanie aktywowany automatycznie.



- 8 Przeciągnij ekran w lewo lub w prawo, aby wyświetlić informacje o ćwiczeniach, takie jak tętno, odległość lub czas, na ekranie ćwiczeń.



Podczas pływania można sprawdzić dodatkowe informacje.

Aby słuchać muzyki, przeciągnij ekran w prawo.



- Po wybraniu **Pływanie (basen)** lub **Pływanie (na zewnątrz)** tryb Blokada wodna zostanie aktywowany automatycznie i ekran dotykowy zostanie wyłączony. Ekran zmienia się automatycznie, umożliwiając przeglądanie informacji dotyczących ćwiczeń.
- Po wybraniu **Pływanie (basen)** lub **Pływanie (na zewnątrz)** rejestrowane wartości mogą być niedokładne w następujących sytuacjach:
 - Przerwanie pływania przed dotarciem do końca
 - Zmiana stylu pływania w trakcie ćwiczeń
 - Przerwanie ruchu ramion przed dotarciem do końca
 - Poruszanie tylko nogami, pływając z deską do nauki pływania, lub pływanie bez poruszania ramionami
 - Zakończenie ćwiczenia przez naciśnięcie klawisza wstecz, a potem dotknięcie **Zakończ**, zamiast wstrzymania lub ponownego uruchomienia ćwiczenia przez naciśnięcie klawisza wstecz


9 Naciśnij klawisz wstecz, aby wstrzymać ćwiczenie.

Aby wznowić ćwiczenia, po wstrzymaniu ćwiczeń ponownie dotknij klawisza wstecz.

Aby zakończyć ćwiczenia, dotknij **Zakończ** → ✓ po wstrzymaniu ćwiczeń.

Aby zakończyć pływanie, dotknij klawisza strony domowej i przytrzymaj go w celu wyłączenia trybu Blokada wodna, potrząśnij zegarkiem Galaxy Watch Active, aby strząsnąć z niego wodę i umożliwić prawidłową pracę czujnika ciśnienia atmosferycznego, a następnie dotknij **OK** → **Zakończ** → ✓.



Muzyka będzie odtwarzana dalej nawet po zakończeniu ćwiczeń. Aby zatrzymać odtwarzanie muzyki, zatrzymaj ją przed zakończeniem ćwiczeń lub uruchom  (**Muzyka**) w celu zatrzymania jej odtwarzania.

10 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie po zakończeniu treningu i wyświetl informacje o ćwiczeniach.

Wykonywanie wielu ćwiczeń

Można rejestrować różne ćwiczenia i przejść prosto przez cały trening, rozpoczynając kolejne ćwiczenie od razu po zakończeniu bieżącego.

1 Wciśnij klawisz wstecz, aby wstrzymać bieżące ćwiczenie.

2 Dotknij **Zakończ** → **Nowy trening** >.


3 Wybierz rodzaj ćwiczeń i rozpocznij kolejne.

Rozpoczynanie powtarzalnych ćwiczeń

Można wykonywać powtarzalne ćwiczenia, takie jak przysiad czy martwy ciąg. Zegarek Galaxy Watch Active obliczy, ile razy powtórzysz ruch, i zasygnalizuje to wibracjami i piknięciami. Są one jednak słyszalne tylko przez połączony zestaw słuchawkowy Bluetooth.

1 Na ekranie aplikacji dotknij  (**Samsung Health**).

2 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie, otwórz ekran aplikacji monitorującej ćwiczenia, a następnie dotknij **Trenuj**.

3 Na liście rodzajów ćwiczeń dotknij  obokżądanego rodzaju powtarzalnych ćwiczeń. Zostanie wyświetlony ekran, na którym można ustawić szczegóły ćwiczenia, takie jak cel. Aby rozpocząć ćwiczenie, dotknij rodzaju ćwiczeń. Jeżeli na liście nie mażądanego rodzaju powtarzalnych ćwiczeń, dotknij **Więcej treningów** i wybierz żądany rodzaj ćwiczeń.

4 Dotknij **Cel**, wybierz rodzaj celu, a następnie ustaw szczegóły celu.




Jeżeli celem będzie **Tren. podst.**, można go wykonywać tak długo, jak trzeba bez ograniczenia czasowego ani liczby powtórzeń.

5 Dotknij **Ekran treningu**, aby dostosować ekran ćwiczeń.

6 Ustaw różne opcje dla każdego rodzaju ćwiczenia.

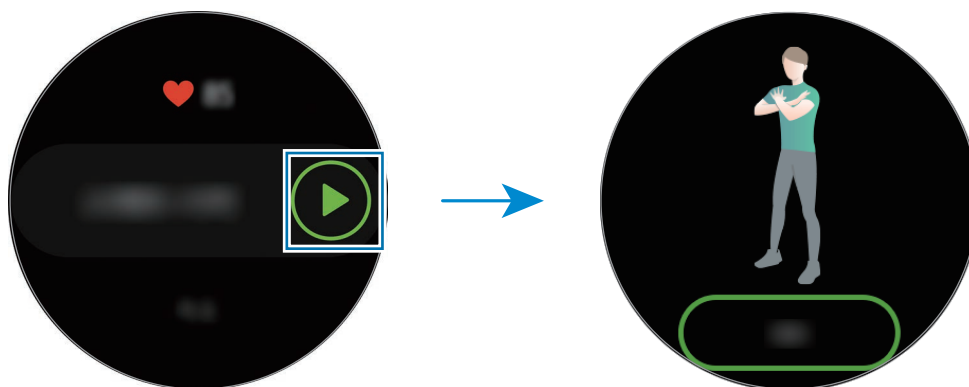
- **Licznik powt.:** liczy liczbę powtórzeń, sygnalizując je piknięciami. Są one jednak słyszalne tylko przez połączony zestaw słuchawkowy Bluetooth.
- **Używany nadg.:** wybór nadgarstka, na którym będzie noszone urządzenie Galaxy Watch Active, aby ulepszyć dokładność pomiarów.

7 Dotknij , aby rozpocząć ćwiczenia.

Dotknij **OK** po przyjęciu odpowiedniej pozycji do jego rozpoczęcia pokazaną na ekranie.



W przypadku niektórych powtarzalnych ćwiczeń ćwiczenia rozpoczną się po przyjęciu odpowiedniej pozycji pokazanej na ekranie.





- 8 Odliczanie rozpocznie się od wibracji i piknięć.
Odpocznij po ukończeniu serii. Możesz też dotknąć **Pomiń** w celu przejścia do kolejnej serii.
Ćwiczenie zacznie się, kiedy przyjmiesz odpowiednią pozycję do jego rozpoczęcia pokazaną na ekranie.
- 9 Naciśnij klawisz wstecz, aby wstrzymać ćwiczenie.
Aby zakończyć ćwiczenia, dotknij **Zakończ** → ✓ po wstrzymaniu ćwiczeń.
- 10 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie po zakończeniu treningu i wyświetl informacje o ćwiczeniach.

Dostosowywanie ekranu ćwiczeń

Można dostosować ekran informacji o ćwiczeniach wyświetlany podczas treningu, zmieniając informacje, które mają być prezentowane.



Nie można zmienić ekranu informacji o ćwiczeniach w trakcie treningu.


- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (**Samsung Health**).
- 2 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie, otwórz ekran aplikacji monitorującej ćwiczenia, a następnie dotknij **Treuj**.
- 3 Na liście rodzajów ćwiczeń dotknij  obokżądanego rodzaju ćwiczeń.
Zostanie wyświetlony ekran, na którym można ustawić szczegóły ćwiczenia, takie jak cel.
- 4 Dotknij **Ekran treningu**, wybierz rodzaj ekranu ćwiczeń, określ, czy ma być używany, a następnie wybierz informacje do wyświetlania na tym ekranie.

Automatyczne rozpoznawanie ćwiczeń

W przypadku prowadzenia aktywności przez dłużej niż 10 minut w trakcie noszenia urządzenia Galaxy Watch Active urządzenie automatycznie będzie rozpoznawać ćwiczenia i zostanie uruchomione rejestrowanie informacji o ćwiczeniach, takich jak ich rodzaj, czas trwania i liczba spalonych kalorii.

Gdy przerwiesz wykonywanie niektórych ćwiczeń na dłużej niż minutę, urządzenie Galaxy Watch Active automatycznie rozpozna ten stan i wyłączy tę funkcję.



- Można przejrzeć listę ćwiczeń obsługiwanych przez funkcję automatycznego rozpoznawania ćwiczeń. Na ekranie aplikacji dotknij  (**Samsung Health**) i dotknij **Ustawienia** → **Wykryw. treningu** → **Czynn. do wykrycia**.
- Funkcja automatycznego rozpoznawania ćwiczeń za pomocą czujnika przyspieszenia mierzy pokonaną odległość i spalone kalorie. W zależności od sposobu chodzenia, ćwiczeń i stylu życia pomiary mogą być niedokładne.


Sen

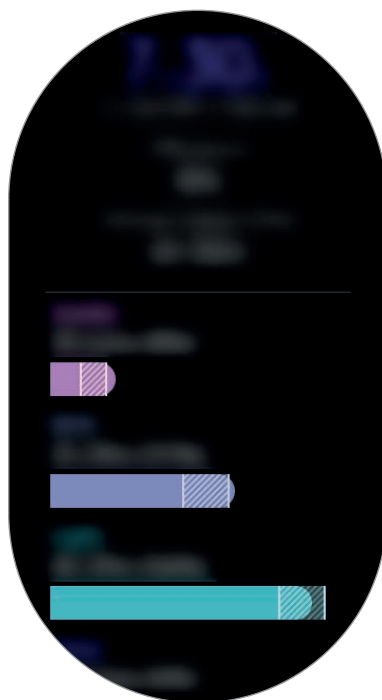
Możesz analizować wzory snu i rejestrować je poprzez pomiar tętna w jego trakcie.



- Analizowane są cztery fazy snu (czuwanie, REM, sen płytki, sen głęboki). W tym celu wykorzystywane są ruchy ciała i zmiany tętna. Zostanie wyświetlony wykres z zalecanymi zakresami dla każdej mierzonej fazy snu.
- Jeśli tętno jest nieregularne, urządzenie Galaxy Watch Active nie wykrywa tętna prawidłowo lub funkcja rejestrowania fazy REM jest wyłączona, wzór snu zostanie podzielony na trzy stany (niepokojny, sen płytki i bez ruchu).
- Wzory snu są analizowane i rejestrowane na podstawie tętna. Aby wykonać pomiar wzorów snu na podstawie ruchów ciała, przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie aplikacji monitorującej sen, dotknij **Ustaw.**, a następnie dotknij przełącznika **Rejestruj sen REM** w celu wyłączenia tej funkcji.
- Aby pomiar tętna za pomocą urządzenia Galaxy Watch Active był precyzyjny, najlepiej nosić urządzenie na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Watch Active](#).

Pomiar wzorów snu

- 1 Śpij z założonym zegarkiem Galaxy Watch Active.
Zegarek Galaxy Watch Active rozpocznie pomiar wzoru snu.
- 2 Po obudzeniu dotknij  (Samsung Health) na ekranie aplikacji.
- 3 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie i otwórz ekran aplikacji monitorującej sen.
- 4 Zapoznaj się ze swoim wzorem snu i informacjami.



Puls

Mierzenie tętna i zapisywanie wyników.




- Aplikacja monitorująca tętno zegarka Galaxy Watch Active jest przeznaczona wyłącznie do celów informacyjnych i rekreacyjnych. Nie powinna być stosowana do diagnozy chorób i innych schorzeń ani do leczenia chorób, łagodzenia ich objawów i zapobiegania im.
- Aby pomiar tętna za pomocą urządzenia Galaxy Watch Active był precyzyjny, najlepiej nosić urządzenie na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Watch Active](#).

Przed rozpoczęciem mierzenia tętna zapoznaj się z poniższymi uwagami:

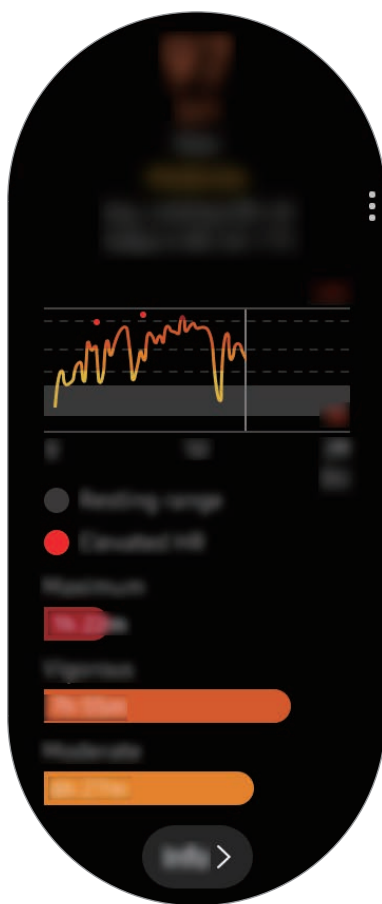
- Odpocznij przez 5 minut przed rozpoczęciem pomiaru.
- Jeśli pomiar różni się w znaczącym stopniu od oczekiwanego tętna, odpocznij przez 30 minut, a następnie ponownie dokonaj pomiaru.
- Zimą lub w zimnej pogodzie utrzymuj ciało w cieple podczas mierzenia tętna.
- Palenie lub picie alkoholu przed dokonywaniem pomiaru może spowodować, że tętno będzie inne, niż zazwyczaj.
- Nie należy rozmawiać, ziewać ani głęboko oddychać podczas wykonywania pomiaru tętna. Nieprzestrzeganie tego zalecenia może spowodować niedokładny pomiar.
- Pomiary tętna mogą się różnić w zależności od metody i środowiska pomiaru i środowiska.
- Jeśli czujnik tętna nie działa, sprawdź umiejscowienie urządzenia Galaxy Watch Active na swoim nadgarstku i upewnij się, że nic nie przesłania czujnika. Jeśli problem z czujnikiem tętna wciąż występuje, odwiedź Centrum Serwisowe firmy Samsung.

Mierzenie tętna

- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (Samsung Health).
- 2 Przepięgnij palcem w górę lub dół na ekranie i otwórz ekran aplikacji monitorującej tętno.
Sprawdź tętno na ekranie. Możesz też sprawdzić informacje o godzinie każdej sesji aktywności.



Aby sprawdzić zmierzone tętno bezpośrednio w widżecie **Puls**, należy na ekranie zegarka przepięgnąć ekran w lewo.



Aby przejrzeć tygodniowe zapisy na wykresie, przepięgnij palcem w górę lub w dół na ekranie.

Ręczne mierzenie tętna

Możliwy jest także ręczny pomiar tętna w dowolnej chwili.

- 1 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie aplikacji monitorującej tętno, dotknij **Ustaw. Pulsu aut.**, a następnie wybierz **Nigdy**.
- 2 Na ekranie aplikacji monitorującej tętno dotknij **Pomiar**, aby rozpocząć pomiar tętna.
Po chwili bieżący na ekranie zostanie wyświetlone bieżące tętno.



Podczas ćwiczeń tętno będzie mierzone bez względu na ustawienia pulsu automatycznego.


Stres

Możliwe jest obliczanie i rejestrowanie poziomu stresu na podstawie zmian tętna. Można go obniżyć, postępując zgodnie z instrukcjami dotyczącymi oddychania podawanymi przez Galaxy Watch Active.



- Bardziej precyzyjne wyniki pomiaru poziomu stresu możesz uzyskać w miarę gromadzenia danych poziomu stresu w trakcie automatycznego jego pomiaru.
- Zmierzony poziom stresu nie zawsze jest powiązany ze stanem emocjonalnym.
- Pomiar poziomu stresu jest niemożliwy w trakcie snu, ćwiczeń, ruchu lub bezpośrednio po zakończeniu ćwiczeń.
- Aby pomiar tętna za pomocą urządzenia Galaxy Watch Active był precyzyjny, najlepiej nosić urządzenie na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Watch Active](#).
- Ta funkcja może nie być dostępna w zależności od regionu.

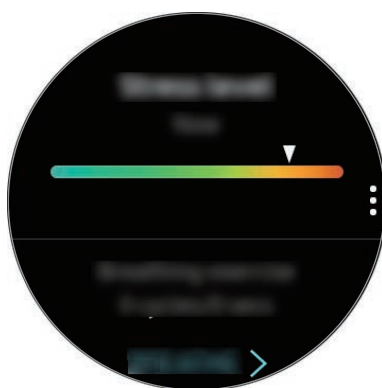
Pomiar poziomu stresu

- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (Samsung Health).
- 2 Przepięgnij palcem w górnę lub dół na ekranie i otwórz ekran aplikacji monitorującej poziom stresu.

Sprawdź bieżący poziom stresu na ekranie.




Aby zmierzyć poziom stresu bezpośrednio w widżecie **Stres**, należy na ekranie zegarka przepięgnąć ekran w lewo.



Aby przejrzeć tygodniowe zapisy na wykresie, przepięgnij palcem w górnę lub w dół na ekranie.

Obniżenie stresu

Możesz obniżyć poziom stresu przez głąbokie i powolne oddychanie na podstawie informacji podawanych przez zegarek Galaxy Watch Active.

- 1 Na ekranie aplikacji monitorującej poziom stresu dotknij **ODDECH >**. Alternatywnie na ekranie zegarka przepięgnij ekran w lewo i w widżecie **ODDECH >** dotknij **Stres**.
- 2 Dotknij **Począł.** i zacznij oddychać.
Aby przerwać oddychanie, dotknij .

Ręczny pomiar poziomu stresu

Możliwy jest także ręczny pomiar poziomu stresu w dowolnej chwili.

- 1 Przepięgnij palcem w górę lub dół na ekranie aplikacji monitorującej poziom stresu, dotknij **Ust. automat. stresu**, a następnie dotknij przełącznika **Zawsze**, aby włączyć funkcję automatycznego pomiaru poziomu stresu.
- 2 Na ekranie aplikacji monitorującej poziom stresu dotknij **Pomiar**, aby rozpocząć pomiar poziomu stresu.
Po chwili na ekranie zostanie wyświetlony bieżący poziom stresu.


Jedzenie

Rejestruj kalorie konsumowane podczas dnia i porównuj z celem lub kalorie rekomendowane do spożycia w ciągu dnia, co pomoże w kontrolowaniu wagi.



Jeśli niedawno zakupiono lub zresetowano urządzenie Galaxy Watch Active, należy utworzyć profil użytkownika. Zegarek Galaxy Watch Active wyświetla informacje o liczbie kalorii rekomendowanej do codziennego spożycia na podstawie danych dotyczących wieku, płci oraz kondycji fizycznej wprowadzonych w profilu.

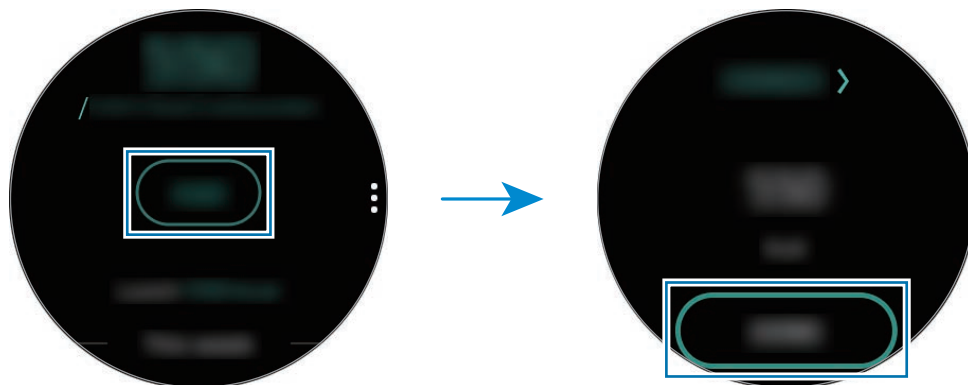
Rejestrowanie kalorii

- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (**Samsung Health**).
- 2 Przepięgnij palcem w górę lub dół na ekranie, otwórz ekran aplikacji monitorującej posiłki, a następnie dotknij **Dodaj**.

- 3 Dotknij pola wprowadzania i przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, aby ustawić liczbę spożytych kalorii, a następnie dotknij **GOTOWE**.



Aby zmienić typ posiłku, należy na górze ekranu dotknąć typu posiłku i wybrać żądaną pozycję.



Aby przejrzeć tygodniowe zapisy na wykresie, przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie.

Usuwanie dzienników

- 1 Na ekranie aplikacji monitorującej posiłki dotknij **⋮**, przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, a następnie dotknij **Usuń dzisiejszy raport**.
- 2 Wybierz dane do usunięcia i dotknij **USUŃ**.

Ustawianie celu liczby kalorii


- 1 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie aplikacji monitorującej posiłki i dotknij **Ustawian. celu**.
- 2 Dotknij pola wprowadzania i przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, aby ustawić dzienny limit kalorii, a następnie dotknij **GOTOWE**.

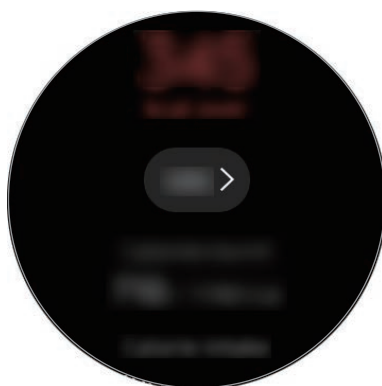
Zarządzanie wagą

Możliwe jest sprawdzanie kaloryczności spożywanych posiłków i liczby kalorii spalanych w trakcie ćwiczeń lub innych aktywności wykonywanych w ciągu dnia, co pozwala na osiągnięcie ustawionej docelowej masy ciała. Możesz też sprawdzać masę ciała wprowadzoną w aplikacji Samsung Health na połączonym urządzeniu przenośnym.



- Na urządzeniu przenośnym należy ustawić docelową masę ciała w aplikacji Samsung Health, aby móc sprawdzać informacje na urządzeniu Galaxy Watch Active.
- Ta funkcja nie jest dostępna, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (Samsung Health).
- 2 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie i otwórz ekran aplikacji monitorującej masę ciała.
- 3 Przejrzyj informacje wyświetlane na ekranie oraz odpowiednio dostosuj program ćwiczeń i spożywane posiłki.






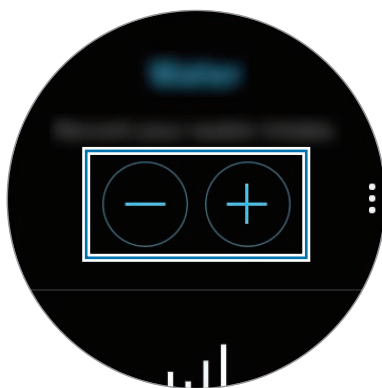
Aby przejrzeć tygodniowe zapisy na wykresie, przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie.

Woda

Rejestrowanie i monitorowanie liczby wypitych szklanek wody.

Rejestrowanie spożycia wody

- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (Samsung Health).
- 2 Przepięgnij palcem w górnę lub dół na ekranie i otwórz ekran aplikacji monitorującej spożycie wody.
- 3 Dotknij , gdy wypijasz szklankę wody.
Jeśli przypadkowo wprowadzono nieprawidłową wartość, można ją poprawić, klikając .



Aby przejrzeć tygodniowe zapisy na wykresie, przepięgnij palcem w górnę lub w dół na ekranie.




Ustawianie celu spożycia wody

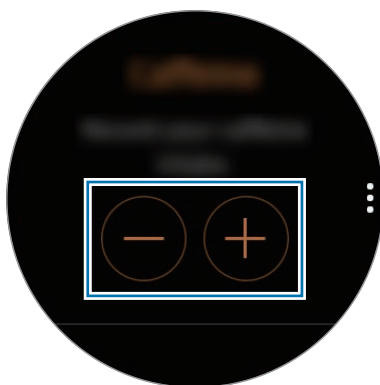
- 1 Przepięgnij palcem w górnę lub dół na ekranie aplikacji monitorującej spożycie wody i dotknij **Ustawian. celu**.
- 2 Dotknij przełącznika **Cel dzienny**, aby włączyć funkcję.
- 3 Dotknij **Cel dzienny**.
- 4 Dotknij pola wprowadzania i przepięgnij palcem w górnę lub w dół na ekranie, aby ustawić cel dzienny, a następnie dotknij **GOTOWE**.

Kofeina

Rejestrowanie i monitorowanie liczby wypitych kubków kawy.

Rejestrowanie spożycia kawy

- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (Samsung Health).
- 2 Przepięgnij palcem w górę lub dół na ekranie i otwórz ekran aplikacji monitorującej spożycie kawy.
- 3 Dotknij , gdy wypijasz kubek kawy.
Jeśli przypadkowo wprowadzono nieprawidłową wartość, można ją poprawić, klikając .



Aby przejrzeć tygodniowe zapisy na wykresie, przepięgnij palcem w górę lub w dół na ekranie.

Ustawianie limitu spożycia kofeiny


- 1 Przepięgnij palcem w górę lub dół na ekranie aplikacji monitorującej spożycie kawy i dotknij **Ustawian. celu**.
- 2 Dotknij przełącznika **Cel dzienny**, aby włączyć funkcję.
- 3 Dotknij **Cel dzienny**.
- 4 Dotknij pola wprowadzania i przepięgnij palcem w górę lub w dół na ekranie, aby ustawić cel dzienny, a następnie dotknij **GOTOWE**.

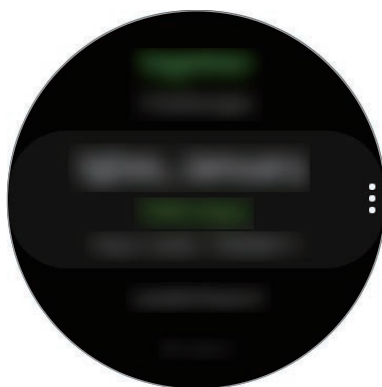
Razem

Porównaj swoje wyniki licznika kroków z innymi użytkownikami aplikacji Samsung Health. Można wyznaczyć cel, rywalizować ze znajomymi i sprawdzać stan rywalizacji na zegarku Galaxy Watch Active.



- Na urządzeniu przenośnym należy włączyć funkcję „Razem” w aplikacji Samsung Health, aby móc sprawdzać informacje na urządzeniu Galaxy Watch Active.
- Ta funkcja nie jest dostępna, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym.


- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (Samsung Health).
- 2 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie i otwórz ekran Razem.



Dotknij ekranu, aby wyświetlić szczegółowe informacje, takie jak stan wyzwań znajomych lub tygodniowy ranking liczby swoich kroków i liczby kroków znajomych.

Ustawienia

Można skonfigurować różne ustawienia powiązane z ćwiczeniami.

Na ekranie aplikacji dotknij  (**Samsung Health**), przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, a następnie dotknij **Ustawienia**.

- **Profil:** wprowadzanie informacji o profilu, takich jak płeć, wzrost i waga.
- **Jednostki:** ustawianie jednostek używanych w aplikacji **Samsung Health** na zegarku Galaxy Watch Active.
- **Wykryw. treningu:** włączanie automatycznego rozpoznawania ćwiczeń przez urządzenie Galaxy Watch Active.
- **Alerty braku aktywności:** wyświetlanie alertów o czasie braku aktywności, gdy użytkownik nie rusza się przez pewien okres i nosi urządzenie Galaxy Watch Active.
- **Uprawnienia danych:** ustawianie uprawnień dostępu aplikacji do danych zapisanych w aplikacji **Samsung Health** na zegarku Galaxy Watch Active.
- **Pomoc:** wyświetlanie informacji na temat korzystania z aplikacji **Samsung Health**.

Informacje dodatkowe

- Dane zbierane są wyłącznie do celów świadczenia żądanych usług, w tym dodatkowe dane mające decydujące znaczenie dla polepszenia zdrowia, dane zapasowe/synch., analizy danych i statystyki, lub w celu rozwoju lub ulepszenia wachlarza usług. (Niemniej jednak w przypadku logowania się do konta Samsung za pomocą aplikacji Samsung Health dane użytkownika mogą zostać zapisane na serwerze w charakterze kopii zapasowej.) Dane osobowe mogą być przechowywane, aż przestanie to być wymagane. Wszelkie dane udostępniane za pomocą sieci społecznościowych albo przesyłane do urządzeń pamięci masowej należy usuwać osobno.
- Użytkownicy ponoszą pełną odpowiedzialność za niewłaściwe użycie danych udostępnionych w sieciach społecznych lub przeniesionych do innych urządzeń. Udostępniając własne dane osobowe, należy zachować szczególną ostrożność.
- Jeśli zegarek Galaxy Watch Active jest podłączony do urządzenia przenośnego, upewnij się, że łączność działa poprawnie. W przypadku połączenia bezprzewodowego, np. Bluetooth, na pracę zegarka Galaxy Watch Active mogą mieć wpływ zakłócenia elektroniczne wywoływane przez inne urządzenia. Nie należy używać zegarka Galaxy Watch Active w pobliżu urządzeń emitujących fale radiowe.


- Zawartość używana w aplikacji Samsung Health może różnić się zależnie od wersji aplikacji. Usługi dostarczane wraz z aplikacją mogą ulec zmianie lub ich świadczenie może zostać przerwane bez powiadomienia.
- Dostępne funkcje i usługi aplikacji Samsung Health mogą różnić się w zależności od lokalnego prawa i przepisów lokalnych.
- Niektóre funkcje aplikacji Samsung Health mogą być dostępne tylko w wybranych regionach.
- Funkcje aplikacji Samsung Health są przeznaczone wyłącznie do celów informacyjnych i rekreacyjnych i nie powinny być stosowane do diagnozy chorób i innych schorzeń ani do leczenia chorób, łagodzenia ich objawów i zapobiegania im.



- Wynik pomiaru odległości może odbiegać od rzeczywistej odległości ze względu na nierównomierne stawianie kroków, przebieranie nogami w miejscu i chodzenie w kółko.
- Zapisywane są tylko wyniki z ostatnich 28 dni. Wcześniejsze dane można przeglądać za pomocą urządzenia przenośnego, na którym zainstalowano aplikację Samsung Health.

GPS

Urządzenie Galaxy Watch Active wyposażone jest w antenę GPS, dzięki której można sprawdzać informacje o lokalizacji w czasie rzeczywistym bez konieczności łączenia się z urządzeniem przenośnym. Jeżeli zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym, używana będzie antena GPS zegarka Galaxy Watch Active.

Na ekranie aplikacji dotknij  (**Ustawienia**) → **Połączenia** → **Lokalizacja**, a następnie dotknij przełącznika, aby włączyć tę funkcję.

Aby wybrać metodę określania lokalizacji, przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie i wybierz opcję.

Jeśli zegarek Galaxy Watch Active i urządzenie przenośne są ze sobą połączone, funkcja wykorzystuje moduł GPS urządzenia przenośnego. Włącz funkcję lokalizacji w urządzeniu przenośnym, aby użyć czujnika GPS.



Jakość sygnału GPS może ulec pogorszeniu w miejscach zakłóceń sygnału, na przykład między budynkami, na obszarach nisko położonych lub w niekorzystnych warunkach pogodowych.

Muzyka

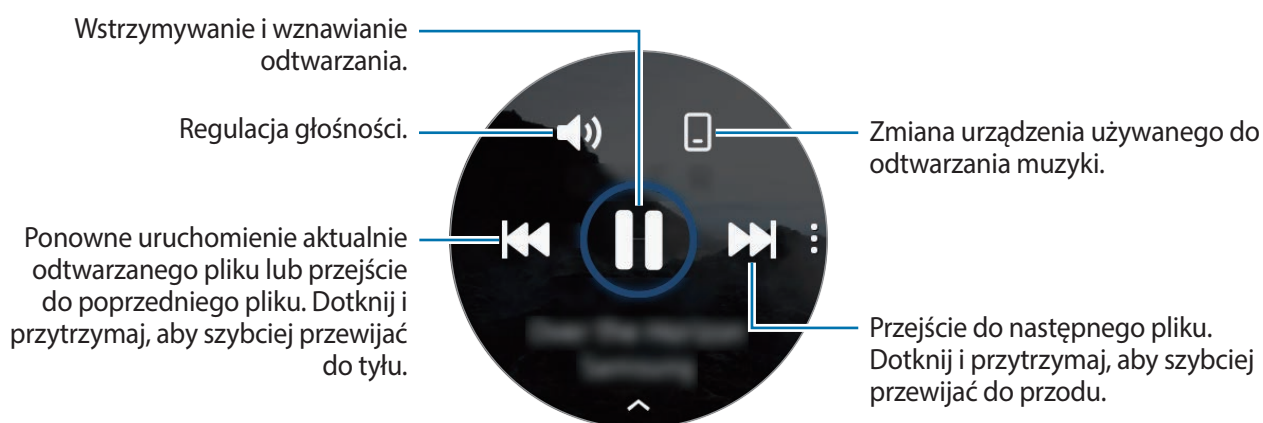
Wstęp

Możliwe jest odtwarzanie muzyki zapisanej na urządzeniu Galaxy Watch Active oraz urządzeniu przenośnym.

Odtwarzanie muzyki

Dotknij  (**Muzyka**) na ekranie aplikacji.

Podczas słuchania muzyki zapisanej w pamięci zegarka Galaxy Watch Active przeciągnij palcem w górę od dolnej krawędzi ekranu, aby otworzyć ekran biblioteki. Na ekranie biblioteki można wyświetlić aktualnie odtwarzaną piosenkę i listę odtwarzania oraz uporządkować muzykę wg utworów, albumów oraz wykonawców.



Importowanie muzyki





Umożliwia importowanie muzyki z urządzenia przenośnego do urządzenia Galaxy Watch Active.

- 1 Na swoim urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.
- 2 Dotknij **Start** → **Dodawanie zawartości do zegarka**.
- 3 Dotknij **Dodaj utwory**.
- 4 Wybierz pliki i dotknij **GOTOWE**.

Aby zsynchronizować muzykę z urządzenia przenośnego z urządzeniem Galaxy Watch Active, dotknij przełącznika **Autom. synchronizacja** w **Muzyka**. Muzyka z urządzenia przenośnego zostanie zsynchronizowana automatycznie z zegarkiem Galaxy Watch Active, jeżeli poziom naładowania jego baterii wynosi ponad 15%.

Odtwarzanie muzyki na zegarku Galaxy Watch Active

Muzykę przechowywaną na zegarku Galaxy Watch Active można odtwarzać za pośrednictwem zestawu słuchawkowego Bluetooth.

- 1 Dotknij  (**Muzyka**).
- 2 Dotknij , aby odtworzyć muzykę zapisaną w pamięci zegarka Galaxy Watch Active. Zostanie wyświetlona ikona .
- 3 Dotknij .





Odtwarzanie muzyki z urządzenia przenośnego


Urządzenie Galaxy Watch Active umożliwia odtwarzanie muzyki zapisanej w pamięci urządzenia przenośnego i sterowanie odtwarzaniem.

Urządzenie przenośne

- 1 Uruchom aplikację odtwarzacza muzyki.


Galaxy Watch Active

- 2 Dotknij  (**Muzyka**).
- 3 Dotknij , aby odtworzyć muzykę zapisaną w urządzeniu przenośnym. Zostanie wyświetlona ikona .
- 4 Dotknij .

Aby zmienić aplikację odtwarzającą muzykę na zegarku Galaxy Watch Active, dotknij  → **Odtwarzacz muzyki** i wybierz aplikację spośród aplikacji odtwarzających muzykę zainstalowanych na urządzeniu przenośnym.

Odtwarzanie muzyki bez połączenia z urządzeniem przenośnym


Urządzenie Galaxy Watch Active może również niezależnie odtwarzać muzykę lub pełnić funkcję odbiornika radiowego. W tym celu należy pobrać na urządzenie Galaxy Watch Active aplikację do transmisji strumieniowej muzyki lub radia.

Na ekranie aplikacji dotknij  (**Galaxy Store**). Zapoznaj się z ofertą aplikacji do transmisji strumieniowej muzyki lub radia i pobierz taką aplikację ze sklepu **Galaxy Store**, a następnie uruchom aplikację.

Reminder

Przypomnienia można tworzyć w związku z takimi zdarzeniami, jak zakup biletów, wizyta w pralni lub zażycie leku, bez konieczności uruchamiania aplikacji do obsługi kalendarza. Można również ustawić powiadomienia, dzięki którym przypomnienia będą odbierane o określonej godzinie.

Tworzenie przypomnienia

- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (**Reminder**) → **Dodaj**.
Jeżeli zapisano przypomnienie, na górze listy przypomnień dotknij **Utwórz**.
- 2 Jeżeli urządzenie Galaxy Watch Active obsługuje polecenia głosowe, powiedz „harmonogram”, aby utworzyć przypomnienie. Po zakończeniu dotknij **Got**.
Alternatywnie dotknij **Zapisz notatkę >**, wprowadź tekst, a następnie dotknij **Got**.
- 3 Dotknij **Ustaw godzinę >**, aby ustawić powiadomienie.
- 4 Dotknij pola wprowadzania i przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, aby ustawić godzinę, i dotknij **Dalej**.
- 5 Ustaw inne opcje powiadomienia, takie jak wybór daty do powtarzania powiadomienia, i dotknij **Got**.
- 6 Dotknij **Zapisz**.
Zapisane przypomnienie zostanie dodane do listy przypomnień.

Wyświetlanie alarmu dotyczącego przypomnienia

Po wyświetleniu alarmu sprawdź szczegóły przypomnienia. Ewentualnie na ekranie zegarka przeciągnij ekran w prawo, aby otworzyć panel powiadomień i wyświetlić nowe przypomnienie.




- Wszystkie przypomnienia na zegarku Galaxy Watch Active będą automatycznie synchronizowane z połączonym urządzeniem przenośnym, aby móc otrzymywać alarmy i sprawdzać je za pomocą urządzenia przenośnego.
- Wybierz przypomnienie i dotknij **Edytuj godzinę** >, aby ponownie ustawić przypomnienie.

Realizowanie lub usuwanie przypomnienia

Po wykonaniu zadania przypomnienie można oznaczyć jako zrealizowane lub usunąć.

Aby zakończyć przypomnienie, po wyświetleniu szczegółów przypomnienia dotknij **Ukończono**.


Aby usunąć przypomnienie, dotknij , przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, a następnie dotknij **Usuń**.

Kalendarz

Zegarek Galaxy Watch Active umożliwia przeglądanie harmonogramów zdarzeń zapisanych w jego pamięci lub na urządzeniu przenośnym.



Wszystkie zdarzenia zaplanowane na zegarku Galaxy Watch Active będą automatycznie synchronizowane z połączonym urządzeniem przenośnym, aby móc je sprawdzać i otrzymywać alarmy na urządzeniu przenośnym.

- 1 Dotknij  (**Kalendarz**) na ekranie aplikacji. Alternatywnie na ekranie zegarka przeciągnij ekran w lewo i wybierz widget **Kalendarz**, aby go uruchomić.
- 2 Dotknij dowolnego miejsca na kalendarzu miesiący.
Zostanie wyświetlona lista dzisiejszych zdarzeń.
- 3 Dotknij **Dodaj**, aby dodać harmonogram.
Jeżeli zapisano harmonogram, na górze listy dotknij **Utwórz**.
- 4 Wybierz tryb wprowadzania, wprowadź harmonogram, a następnie dotknij **Zapisz**.

Bixby

Wstęp

Bixby to usługa, która pomaga w wygodniejszy sposób korzystać z urządzenia Galaxy Watch Active. Możesz mówić do asystenta Bixby, aby uruchomić funkcję lub uzyskać informacje.





- Ta aplikacja jest dostępna w wybranych regionach.
- Podczas mówienia do mikrofonu upewnić się, że mikrofon urządzenia Galaxy Watch Active nie jest zasłonięty.
- Aby używać asystenta Bixby, należy połączyć urządzenie przenośne z siecią Wi-Fi lub siecią komórkową albo połączyć zegarek Galaxy Watch Active z siecią Wi-Fi.

Uruchamianie Bixby

Szybkie dwukrotne naciśnięcie klawisza strony domowej umożliwia uruchomienie aplikacji Bixby.

Na ekranie aplikacji dotknij  (Bixby).

Ustawianie języka


- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (**Bixby**).
- 2 Dotknij  i przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, a następnie dotknij **Language**.
- 3 Wybierz żądany język.



- Polecenia głosowe Bixby są obsługiwane w niektórych językach.
- Wybrany język odnosi się tylko do aplikacji **Bixby** i nie jest językiem stosowanym do wyświetlania informacji na urządzeniu Galaxy Watch Active.

Pogoda

Na zegarku Galaxy Watch Active można wyświetlać informacje pogodowe dotyczące lokalizacji ustawionych na połączonym urządzeniu przenośnym.

Dotknij  (**Pogoda**) na ekranie aplikacji. Alternatywnie na ekranie zegarka przeciągnij ekran w lewo i wybierz widget **Pogoda**, aby go uruchomić.

Aby wyświetlić informacje o pogodzie w bieżącym dniu, dotknij ekranu i przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie.

Aby dodać informacje pogodowe dotyczące innego miasta, przeciągnij ekran w lewo, dotknij **Dodaj**, a następnie dodaj miasto z połączonego urządzenia przenośnego.




- Nie można dodać miasta, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

Alarm



Możesz ustawiać alarmy i zarządzać nimi.

Ustawianie alarmów

- 1 Dotknij  (**Alarm**) na ekranie aplikacji.
- 2 Dotknij **Dodaj**.
Jeżeli zapisano alarm, na górze listy alarmów dotknij **Dodaj**.
- 3 Dotknij pola wprowadzania i przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, aby ustawić godzinę alarmu i dotknij **Dalej**.
- 4 Wybierz dni do powtarzania alarmu i dotknij **Zapisz**.
Zapisany alarm zostanie dodany do listy alarmów.

Jeśli chcesz włączyć lub wyłączyć alarm, dotknij przełącznika obok alarmu na liście alarmów.

Wyłączanie alarmów


- Przeciągnij  poza duży okrąg, aby wyłączyć alarm.
- Aby używać funkcji drzemki, przeciągnij  poza duży okrąg.

Usuwanie alarmów

Dotknij alarmu z listy alarmów i przytrzymaj go, a następnie dotknij **Usuń**.

Zegar światowy

Tworzenie zegarów światowych

- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (Zegar światowy).
- 2 Dotknij **Dodaj**.
Jeśli masz zapisany zegar z czasem na świecie, dotknij **Dodaj** na liście zegarów.
- 3 Przeciągnij ekran w lewo lub w prawo i na mapie wybierz strefę czasową.
Można również dotknąć **Wsz. miasta** > i wyszukać miasto lub wybrać je z listy.
- 4 Dotknij nazwy miasta reprezentującego wybraną strefę czasową.

Usuwanie zegarów światowych

Na liście zegarów światowych dotknij zegara i przytrzymaj go, a następnie dotknij **Usuń**.

Galeria

Importowanie i eksportowanie obrazów




Importowanie obrazów z urządzenia przenośnego

- 1 Na swoim urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.
- 2 Dotknij **Start** → **Dodawanie zawartości do zegarka**.
- 3 Dotknij **Kopiowanie obrazów**.

4 Wybierz pliki i dotknij **Gotowe**.

Aby zsynchronizować obrazy z urządzenia przenośnego z zegarkiem Galaxy Watch Active, dotknij przełącznika **Autom. synchronizacja** w **Obrazy**, dotknij **Albumy do synchronizacji**, wybierz albumy do zaimportowania na zegarek Galaxy Watch Active, a następnie dotknij **GOTOWE**. Wybrane albumy zostaną automatycznie zsynchronizowane z urządzeniem Galaxy Watch Active, jeśli poziom naładowania jego baterii wynosi ponad 15%.


Eksportowanie obrazów do urządzenia przenośnego

- 1 Dotknij  (**Galeria**) na ekranie aplikacji.
- 2 Dotknij obrazu, a następnie dotknij obrazu ponownie i przytrzymaj go w celu wyeksportowania.
- 3 Przeciągnij ekran w lewo lub w prawo i wybierz dowolne obrazy do wyeksportowania.
Aby wybrać wszystkie obrazy, dotknij  → **Zazn. wszys.**
- 4 Dotknij  → **Wyślij do telefonu**.

Wyeksportowane obrazy można wyświetlać na urządzeniu przenośnym w aplikacji, takiej jak Galeria.

Przeglądanie obrazów

Można przeglądać obrazy zapisane na urządzeniu Galaxy Watch Active i zarządzać nimi.




- 1 Dotknij  (**Galeria**) na ekranie aplikacji.
- 2 Przeciągnij ekran w lewo lub w prawo, aby przewijać listę obrazów i wybrać żądany obraz.

Przybliżanie lub oddalanie

Oglądając obraz, kliknij go szybko dwukrotnie albo zsuń lub rozsuń na nim palce, aby go powiększyć lub pomniejszyć.

Po powiększeniu obrazu jego pozostałą część możesz wyświetlić, przewijając ekran.

Usuwanie obrazów

- 1 Dotknij  (**Galeria**) na ekranie aplikacji.
- 2 Dotknij obrazu, a następnie dotknij obrazu ponownie i przytrzymaj go w celu usunięcia.
- 3 Przeciągnij ekran w lewo lub w prawo i wybierz dowolne obrazy do usunięcia.
Aby wybrać wszystkie obrazy, dotknij  → **Zazn. wszys.**
- 4 Dotknij **Usuń** → .


Znajdź telefon

W razie zgubienia urządzenia przenośnego zegarek Galaxy Watch Active może ułatwić jego odnalezienie.



Ta funkcja nie jest dostępna, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

- 1 Dotknij  (**Znajdź telefon**) na ekranie aplikacji.
- 2 Dotknij .

W urządzeniu przenośnym będą emitowane dźwięki i włączy się ekran. Dotknij **Porzuć** i przeciągnij na urządzeniu przenośnym lub dotknij  na urządzeniu Galaxy Watch Active.

Wyświetlanie lokalizacji urządzenia przenośnego

Dotknij  → **Lokalizuj telefon**.

Na ekranie zegarka Galaxy Watch Active zostanie wyświetlona lokalizacja urządzenia przenośnego.

Znajdź mój zegarek

W przypadku zgubienia zegarka Galaxy Watch Active można użyć aplikacji Galaxy Wearable na urządzeniu przenośnym, aby go znaleźć.





Ta funkcja nie jest dostępna, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

1 Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Znajdź mój zegarek**.

2 Dotknij .

Zegarek Galaxy Watch Active zacznie wibrować i nastąpi włączenie ekranu.

Aby wyłączyć wibrację, przeciągnij  na zewnątrz dużego okręgu na ekranie zegarka Galaxy Watch Active lub na urządzeniu przenośnym dotknij .

Zdalne sterowanie zegarkiem Galaxy Watch Active

W razie problemów ze znalezieniem zegarka Galaxy Watch Active na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Znajdź mój zegarek** → **Pobierz lokalizację**, aby sprawdzić bieżącą lokalizację zegarka Galaxy Watch Active.

Jeśli urządzenie Galaxy Watch Active zostało zgubione lub skradzione, możesz kontrolować je zdalnie. Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Znajdź mój zegarek** → **Ustaw ochronę**, a następnie wybierz funkcję.



Ta funkcja jest dostępna po zarejestrowaniu konta Samsung na urządzeniu Galaxy Watch Active oraz urządzeniu przenośnym.


Wiadomości alarmowe

W sytuacji zagrożenia możesz wysłać wiadomość alarmową na uprzednio zarejestrowany kontakt alarmowy, trzykrotnie szybko naciskając klawisz strony domowej zegarka Galaxy Watch Active.

Konfigurowanie wiadomości alarmowych

- 1 Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Wysyłanie żądań SOS**, a następnie dotknij przełącznika, aby włączyć tę funkcję.
- 2 Postępuj zgodnie z instrukcjami na ekranie, aby dodać numery alarmowe, jeśli jeszcze tego nie zrobiłeś.

Dodawanie kontaktów alarmowych

- 1 Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Wysyłanie żądań SOS** → **Wyślij wiadomości SOS do** → .
- 2 Dotknij **Utwórz kontakt** i wprowadź informacje o kontakcie lub dotknij **Wybierz z kontaktów**, aby dodać istniejący kontakt jako kontakt alarmowy.


Ustawianie opóźnienia wiadomości alarmowej

Urządzenie Galaxy Watch Active można skonfigurować tak, aby po pewnym czasie wysyłało wiadomości alarmowe o anulowaniu żądania, szybko naciskając trzy razy klawisz strony domowej.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Wysyłanie żądań SOS**, a następnie dotknij przełącznika **Odlicz przed wysłaniem**, aby włączyć tę funkcję.

Wysyłanie wiadomości SOS

W sytuacji zagrożenia naciśnij szybko trzykrotnie klawisz strony domowej zegarka Galaxy Watch Active.

Po wysłaniu wiadomości alarmowej na ekranie zegarka zostanie wyświetlona ikona . Wynik wezwania SOS można sprawdzić na panelu powiadomień.





Jeżeli funkcja GPS będzie wyłączona na zegarku Galaxy Watch Active lub urządzeniu przenośnym w trakcie wysyłania wiadomości alarmowej, zostanie włączona automatycznie, aby umożliwić wysłanie informacji o lokalizacji.

E-mail

Wiadomości e-mail odebrane na urządzeniu przenośnym można wyświetlać i na nie odpowiadać.

Odczytywanie wiadomości e-mail

- 1 Na ekranie aplikacji dotknij  (E-mail).
- 2 Wybierz e-mail, który chcesz otworzyć na ekranie wiadomości e-mail.

Aby wyświetlić wiadomość e-mail na urządzeniu przenośnym, dotknij , przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, a następnie wybierz **Pokaż w telef.**



Aby odpowiedzieć na wiadomość e-mail, wybierz tryb wprowadzania i wprowadź wiadomość.




Odpowiadanie na wiadomości e-mail może nie być dostępne w zależności od urządzenia przenośnego używanego do połączenia z zegarkiem Galaxy Watch Active.

Galaxy Store

Można pobierać specjalistyczne aplikacje i tarcze zegarka na urządzenie Galaxy Watch Active bez konieczności użycia podłączonego urządzenia przenośnego.

Na ekranie aplikacji dotknij  (Galaxy Store). Przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, aby przewinąć listę i wybierz aplikację do pobrania lub tarczę zegarka albo dotknij , aby wyszukać aplikację według słów kluczowych.

Dotknij , przeciągnij palcem w górę lub w dół na ekranie, a następnie wybierz **Pokaż w telefonie**. Na urządzeniu przenośnym zostanie uruchomiona aplikacja **Galaxy Store**. Następnie wyszukaj i wybierz aplikację lub tarczę zegarka do pobrania.



Najpierw należy zarejestrować konto Samsung na podłączonym urządzeniu przenośnym, aby używać tej aplikacji.

Ustawienia

Wstęp

Dostosuj ustawienia dla funkcji i aplikacji. Konfigurując różne ustawienia, można dopasować zegarek Galaxy Watch Active do swojego wzorca użycia.

Dotknij  (**Ustawienia**) na ekranie aplikacji.

Tarcze zegarka

Dostosowanie tarczy zegarka.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Tarcze zegarka**.

- **Tarcze zegarka:** wybierz typ zegarka. Możesz również wybrać elementy, które będą wyświetlane na tarczy zegarka oraz pobrać więcej tarcz zegarka ze sklepu **Galaxy Store**.
- **Zegarek zawsze włączony:** wprowadzanie ustawienia, zgodnie z którym zegarek Galaxy Watch Active będzie wyświetlać tarczę zegarka, gdy ekran jest wyłączony.



Funkcja **Zegarek zawsze włączony** działa tylko, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest na ręce.

- **Kolejność tarcz:** wybór ułożenia tarczy zegarka.
 - **Najpierw najnow.:** ostatnio używane tarcze zegarka są wyświetlane jako pierwsze.
 - **Niestandardowe:** układanie tarczy zegarka według własnych preferencji.
- **Wskaźnik powiadomień:** ustawianie wyświetlania na ekranie zegarka urządzenia Galaxy Watch Active pomarańczowej kropki informującej o niesprawdzonych powiadomieniach.
- **Wskaźnik stanu:** włączanie wyświetlania wskaźnika stanu na ekranie zegarka.

Wibracja

Możliwa jest zmiana ustawień wibracji zegarka Galaxy Watch Active.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Wibracja**.

- **Intensywność wibracji:** dostosowanie intensywności wibracji.
- **Długa wibracja:** urządzenie Galaxy Watch Active będzie sygnalizować połączenia przychodzące dłuższymi wibracjami.
- **Wibracja dzwonka:** wybierz wzór wibracji informujących o połączeniach przychodzących.



Ta opcja nie jest wyświetlana, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

- **Wibracja przy powiadom.:** wybierz wzór wibracji informujących o powiadomieniach.

Wyświetlanie

Zmień ustawienia wyświetlacza Galaxy Watch Active i ekranu aplikacji.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Wyświetlanie**.

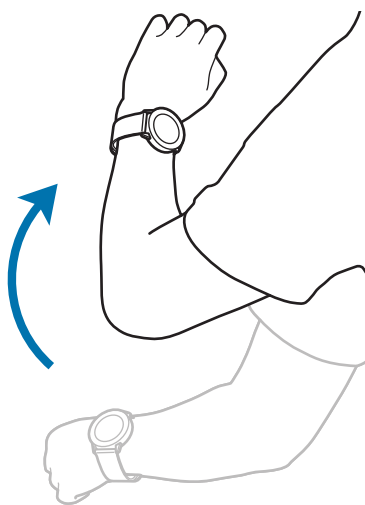
- **Jasność:** regulowanie jasności wyświetlacza.
- **Automat. niska jasność:** urządzenie Galaxy Watch Active może automatycznie dostosować jasność, w zależności od warunków oświetlenia.
- **Podświetl. ekranu:** ustawianie czasu oczekiwania zegarka Galaxy Watch Active przed wyłączeniem podświetlenia wyświetlacza.
- **Wyśw. ost. apl.:** wybierz czas wyświetlania ostatnio używanej aplikacji, gdy ekran zostanie ponownie włączony po jego wyłączeniu.
- **Styl tła:** zmiana tapety.
- **Czcionka:** zmiana stylu i rozmiaru czcionki.

Zaawansowane

Na tym ekranie można włączyć zaawansowane funkcje zegarka Galaxy Watch Active i zmieniać ustawienia sterowania.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Zaawansowane**.

- **Dwukr. nac. klaw. okr. start.:** wybór aplikacji lub funkcji do uruchomienia po dwukrotnym naciśnięciu klawisza strony domowej zegarka Galaxy Watch Active.
- **Gest budzenia:** ustawienie włączania ekranu urządzenia Galaxy Watch Active po podniesieniu nadgarstka z urządzeniem Galaxy Watch Active.



- **Budzenie dotykiem:** ustawienie włączania ekranu urządzenia Galaxy Watch Active po dotknięciu ekranu.
- **Blok. przed wodą:** włączanie trybu blokady wodnej przed wejściem do wody. Wyłączone zostaną ekran dotykowy, funkcja Gest wybudzenia, a także funkcja Zegarek zawsze włączony.
- **Czułość dotyku:** ustawienie urządzenia Galaxy Watch Active umożliwiające posługiwanie się ekranem dotykowym w rękawiczkach.
- **Nie przeszk.:** ustawienie urządzenia Galaxy Watch Active umożliwiające wyciszenie wszystkich powiadomień poza alarmami i wyłączenie włączania ekranu po odebraniu powiadomień.
- **Tryb kinowy:** włączenie trybu teatru do oglądania filmów. Wszystkie alarmy i powiadomienia są wyciszone, a ekran nie będzie włączany po odebraniu powiadomienia lub uruchomieniu alarmu. Automatycznie wyłączone zostaną funkcja Gest wybudzenia i funkcja Zegarek zawsze włączony.

- **Tryb Dobranoc:** włączanie trybu „Dobranoc” na czas snu. Wszystkie powiadomienia poza alarmami są wyciszone, a ekran nie będzie włączany po odebraniu powiadomień w trakcie snu. Automatycznie wyłączone zostaną funkcja Gest wybudzenia i funkcja Zegarek zawsze włączony.
- **Podsumowanie dnia:** włączenie wyświetlania przez urządzenie Galaxy Watch Active codziennych informacji po wybudzeniu i przed snem lub dwa razy w ciągu dnia w razie potrzeby.
- **Edytuj szybkie ustawienia:** edycja panelu szybkiego dostępu zegarka Galaxy Watch Active.
- **Przechwytywanie ekranu:** przeciągnięcie palcem w prawą stronę przy jednoczesnym wciśnięciu klawisza strony domowej w celu wykonania zrzutu.

Połączenia

Bluetooth

Można nawiązać połączenie z urządzeniem przenośnym przez Bluetooth. Za pośrednictwem Bluetooth do urządzenia Galaxy Watch Active można również podłączyć zestaw słuchawkowy i słuchać muzyki.



- Firma Samsung nie ponosi odpowiedzialności za utratę, przechwycenie ani nieprawidłowe użycie danych wysyłanych lub odbieranych za pośrednictwem łączności Bluetooth.
- Należy zawsze sprawdzać, czy dane są odbierane i udostępniane zaufanym oraz odpowiednio zabezpieczonym urządzeniom. Jeżeli między urządzeniami znajdują się przeszkody, zakres działania może się zmniejszyć.
- Niektóre urządzenia, szczególnie te, których nie przetestowała lub nie zaakceptowała grupa Bluetooth SIG, mogą nie współpracować z tym urządzeniem.
- Nie należy używać funkcji Bluetooth w sposób niezgodny z prawem, np. do tworzenia pirackich kopii plików lub przechwytywania komunikacji do celów komercyjnych. Firma Samsung nie ponosi odpowiedzialności za skutki niezgodnego z prawem używania funkcji Bluetooth.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Połączenia** → **Bluetooth**.

- **Bluetooth:** włączanie i wyłączanie funkcji Bluetooth.
- **Zestaw sł. BT:** wyszukiwanie zestawów słuchawkowych Bluetooth oraz podłączanie ich do zegarka Galaxy Watch Active.

Wi-Fi

Aktywuj funkcję Wi-Fi i podłącz się do sieci Wi-Fi.

Ta funkcja jest dostępna, jeśli zegarek Galaxy Watch Active nie jest połączony z urządzeniem przenośnym za pomocą funkcji Bluetooth.

1 Na ekranie Ustawienia dotknij **Połączenia** → **Wi-Fi**.

2 Dotknij **Wi-Fi** i wybierz **Automatycznie** lub **Zawsze włączone**, aby nawiązać połączenie z siecią Wi-Fi.

Jeżeli zostanie wybrana funkcja **Automatycznie**, sieć Wi-Fi zostanie rozłączona automatycznie po połączeniu się zegarka Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym za pośrednictwem połączenia Bluetooth. Jeżeli zostanie wybrana funkcja **Zawsze włączone**, można używać zegarka Galaxy Watch Active po połączeniu z urządzeniem przenośnym za pośrednictwem Bluetooth zamiast używania sieci Wi-Fi.



- Po wybraniu **Zawsze włączone** bateria będzie się wyładowywać szybciej niż przy normalnym użytkowaniu.
- Gdy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym, ustawienie **Automatycznie** nie jest wyświetlane i nie można połączyć się automatycznie z siecią Wi-Fi.

3 Dotknij **Sieci Wi-Fi** i z listy sieci Wi-Fi wybierz żadaną sieć.

Sieci, w których jest wymagane podanie hasła, są wyświetlane z ikoną kłódki.

4 Dotknij **Połącz**.



- Po tym jak urządzenie Galaxy Watch Active połączy się z określoną siecią Wi-Fi, będzie łączyło się z nią ponownie za każdym razem, gdy ta sieć będzie dostępna bez konieczności podawania hasła. Aby uniemożliwić automatyczne łączenie urządzenia Galaxy Watch Active z siecią, wybierz sieć z listy sieci i dotknij **Zapomnij**.
- Jeśli nie można połączyć się z siecią Wi-Fi, uruchom ponownie funkcję Wi-Fi urządzenia lub ruter Wi-Fi.

NFC

Dostępna jest funkcja NFC.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Połączenia** → **NFC**.



Zegarek Galaxy Watch Active ma wbudowaną antenę NFC. Z zegarkiem Galaxy Watch Active należy obchodzić się ostrożnie, aby uniknąć uszkodzenia anteny NFC.

- **NFC:** włączanie lub wyłączanie funkcji NFC.
- **Dotk. i zapłać:** ustawianie domyślnej aplikacji do korzystania z funkcji NFC.



Dostępność tej funkcji zależy od regionu i operatora sieci.

Korzystanie z funkcji NFC

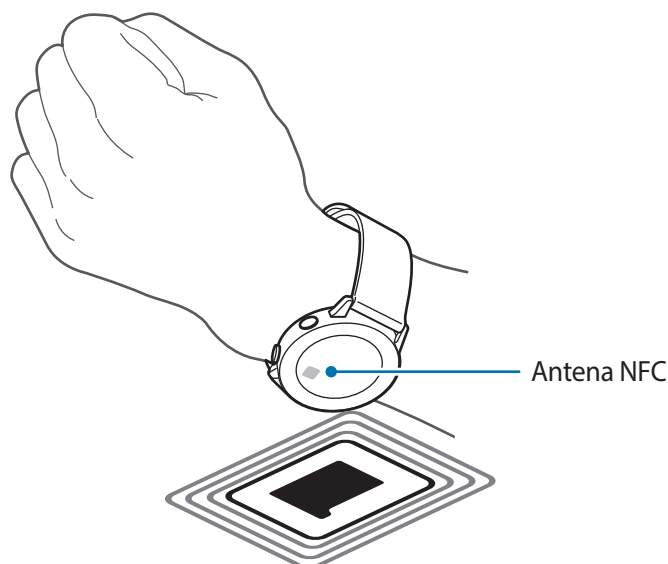
Przed użyciem funkcji NFC zegarka Galaxy Watch Active należy zarejestrować się do powiązanej usługi. Aby się zarejestrować lub uzyskać szczegółowe informacje na temat usługi, skontaktuj się z operatorem sieci.

- 1 Na ekranie Ustawienia dotknij **Połączenia** → **NFC** i dotknij przełącznika **NFC**, aby włączyć funkcję.
- 2 Obszarem anteny NFC u góry ekranu dotykowego Galaxy Watch Active dotknij czytnika kart NFC.

Aby określić domyślną aplikację, otwórz ekran Ustawienia i dotknij **Połączenia** → **NFC** → **Dotk. i zapłać**, a następnie wybierz aplikację.



Lista usług może nie zawierać wszystkich dostępnych aplikacji.



Alerty

Ustaw urządzenie Galaxy Watch Active tak, aby wibrowało w momencie odłączenia od urządzenia przenośnego.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Połączenia**, a później dotknij przełącznika **Alerty**, aby go włączyć.



Alerty nie jest wyświetlana, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

Tryb offline

Wyłączenie wszystkich funkcji bezprzewodowych urządzenia. Można korzystać wyłącznie z usług urządzenia innych niż sieciowe.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Połączenia** → **Tryb offline**, a następnie dotknij przełącznika, aby go włączyć.



Należy przestrzegać przepisów linii lotniczych oraz poleceń personelu samolotu. Jeśli używanie urządzenia jest dozwolone, należy pamiętać o włączeniu trybu samolotowego.

Lokalizacja

Wprowadź ustawienie, zgodnie z którym zegarek Galaxy Watch Active będzie zezwalać aplikacjom na wykorzystywanie informacji o bieżącej lokalizacji użytkownika.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Połączenia** → **Lokalizacja**.

Dotknij przełącznika, aby włączyć funkcję, a następnie wybrać metodę gromadzenia danych dotyczących lokalizacji.

Aplikacje

Kolejn. aplik.

Można wybrać ułożenie aplikacji na ekranie aplikacji.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Aplikacje** → **Kolejn. aplik.**

- **Najpierw najnow.:** ostatnio używane aplikacje są wyświetlane jako pierwsze.
- **Niestandardowe:** układanie aplikacji według własnych preferencji.

Autom. otw. apl.

Można skonfigurować automatyczne uruchamianie aplikacji przez ustawienie fokusu, bez potrzeby dotyknięcia aplikacji.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Aplikacje** → **Autom. otw. apl.**, a następnie dotknij przełącznika, aby włączyć tę funkcję.

Uprawnienia

Do poprawnego działania niektóre aplikacje wymagają zezwolenia na dostęp do lub korzystanie z informacji na urządzeniu Galaxy Watch Active. Wyświetlaj i zmieniaj ustawienia zezwoleń aplikacji dla każdej z nich.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Aplikacje** → **Uprawnienia**.

Wiadomości

Umożliwia zmianę ustawień funkcji wiadomości.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Aplikacje** → **Wiadomości**.

Aby wysyłać wiadomość głosową w postaci pliku dźwiękowego, dotknij przełącznika **Wyślij jako audio**, aby włączyć tę funkcję.

Bezpieczeństwo

Blokada

Na tym ekranie możliwa jest zmiana ustawień zabezpieczeń urządzenia Galaxy Watch Active. Używając tej funkcji, można włączyć automatyczne blokowanie urządzenia Galaxy Watch Active, jeżeli nie porusza się przez pewien czas.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Bezpieczeństwo** → **Blokada**.

- **Typ:** wybór metody blokowania urządzenia Galaxy Watch Active.
- **Pomoc:** wyświetlanie informacji o blokowaniu urządzenia Galaxy Watch Active.

Konto

Różnych funkcji zegarka Galaxy Watch Active można używać po rejestracji konta Samsung na połączonym urządzeniu przenośnym. Sprawdź konto Samsung zarejestrowane na połączonym urządzeniu przenośnym i ustaw funkcję usługi dostosowywania.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Konto**.

- **Samsung account:** sprawdzanie informacji o koncie Samsung zarejestrowanym na podłączonym urządzeniu przenośnym. Jeżeli logowanie nie zostało jeszcze wykonane, wprowadź dane konta Samsung na podłączonym urządzeniu przenośnym.
- **Usługa niestandardowa:** ustawianie urządzenia Galaxy Watch Active do zapewniania odpowiedniej funkcji w zależności od lokalizacji i sytuacji po przeanalizowaniu wzorca stylu życia użytkownika.



Ta funkcja jest dostępna po połączeniu zegarka Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym, które obsługuje platformę usługi dostosowywania w wersji 2.2 lub nowszej. Po wyrażeniu zgody na korzystanie z usługi dostosowywania na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Ustawienia**, dotknij kolejno **Konta i kopia zapasowa** → **Konta** → **Samsung account** → **Prywatność** → **Usługa niestandardowa**, a następnie dotknij przełącznik, aby włączyć usługę.

Dostępność

Możesz skonfigurować wiele ustawień, aby zwiększyć dostępność urządzenia Galaxy Watch Active.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Dostępność**.

- **Ułatwienia widoczności:** dostosowanie ustawień tak, aby ułatwić korzystanie z urządzenia użytkownikom niedowidzącym.
- **Ustawienia zaawansowane:** włączenie powiadamiania przez zegarek Galaxy Watch Active w regularnych odstępach o nieprzeczytanych powiadomieniach i wybór interwału takiego powiadamiania. Można też ustawić szybkie otwieranie menu ułatwień dostępu.

Ogólne

Wprowadzanie

Zmień ustawienia wprowadzania tekstu.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Ogólne** → **Wprowadzanie**.

- **Klawiatura domyślna:** wybór domyślnej klawiatury do wprowadzania znaków.
- **Ustawienia klawiatury:** konfigurowanie ustawień klawiatury Samsung.

Syntezytor mowy

Istnieje możliwość zmiany ustawień funkcji zamiany tekstu na mowę, takich jak języki, szybkość i inne.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Ogólne** → **Syntezytor mowy**.

- **Język:** wybór używanego języka.
- **Szybkość mówienia:** ustawianie szybkości odczytu.
- **Głośno odczytuj powiadomienia:** ustawianie włączania odczytywania odbieranych powiadomień na urządzeniu Galaxy Watch Active. Dźwięku można jednak słuchać tylko przez połączony zestaw słuchawkowy Bluetooth.
- **Sprawdź aktualizacje:** aktualizowanie obsługiwanych języków audio.

Data i godz.

Możliwe jest ręczne ustawienie daty i godziny.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Ogólne** → **Data i godz.**



Data i godz. są dostępne tylko podczas korzystania z urządzenia Galaxy Watch Active bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

- **Ustaw. daty:** ręczne ustawianie daty.
- **Ustaw. godziny:** ręczne ustawienie godziny.
- **Wyb. str. czas.:** ręczny wybór strefy czasowej.
- **Użyj formatu 24-godzinnego:** ustawienie 24-godzinnego formatu wyświetlania godziny.

Język

Można wybrać język używany na urządzeniu Galaxy Watch Active.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Ogólne** → **Język**.



Język jest wyświetlana tylko wtedy, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

Resetuj

Można usunąć wszystkie dane z urządzenia Galaxy Watch Active.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Ogólne** → **Resetuj**.

Zaktualizuj oprogramow. zegarka

Oprogramowanie urządzenia Galaxy Watch Active można zaktualizować do najnowszej wersji.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Ogólne** → **Zaktualizuj oprogramow. zegarka**.



Zaktualizuj oprogramow. zegarka jest wyświetlana tylko wtedy, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

Bateria

Można wybrać tryb baterii urządzenia Galaxy Watch Active. Można ograniczyć zużycie baterii, wybierając niektóre z trybów baterii.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Bateria**.

- **Domyślny:** wybierz w przypadku normalnego użytkownika urządzenia Galaxy Watch Active. Można używać wszystkich funkcji urządzenia Galaxy Watch Active.
- **Oszczędzanie energii:** wybierz, aby włączyć tryb oszczędzania energii. W tym trybie kolory są wyświetlane na ekranie jako odcienie szarości i niektóre funkcje są ograniczone, aby obniżyć zużycie baterii. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Tryb oszczędzania energii](#).
- **Tylko zegarek:** na ekranie wyświetlany jest tylko zegarek, wszystkie pozostałe funkcje są wyłączone, aby obniżyć zużycie baterii. Naciśnij klawisz strony domowej, aby wyświetlić zegarek. Naciśnij i przytrzymaj klawisz strony domowej przez trzy sekundy, aby wyłączyć tryb Tylko zegarek.

Optymaliz. baterię

Aby wydłużyć czas pracy na baterii, można zamknąć aplikacje pracujące w tle i zmienić niektóre ustawienia, które powodują znaczące zużycie energii.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Bateria** → **Optymaliz. baterię**.

O zegarku

Na tym ekranie wyświetlane są dodatkowe informacje o zegarku Galaxy Watch Active.

Na ekranie Ustawienia dotknij **O zegarku**.

- **Numer modelu:** sprawdzanie numeru modelu urządzenia Galaxy Watch Active.
- **Numer seryjny:** sprawdzanie numeru seryjnego urządzenia Galaxy Watch Active.
- **Pamięć:** sprawdź całkowitą i zajętą ilość miejsca.
- **Urządzenie:** sprawdzanie informacji o zegarku Galaxy Watch Active, takich jak adres MAC karty Wi-Fi, adres Bluetooth i numer seryjny.
- **Oprogramowanie:** sprawdzanie wersji oprogramowania zegarka Galaxy Watch Active i stanu zabezpieczeń.
- **Bateria:** sprawdzanie napięcia i pojemności baterii urządzenia Galaxy Watch Active.

- **Regulacje:** należy sprawdzić informacje Galaxy Watch Active, takie jak nazwę modelu, producenta oraz numer seryjny.



Ten tryb może nie być dostępny w zależności od regionu lub operatora sieci.

- **Licencje open source:** wyświetlanie poradnika dotyczącego sprawdzania licencji open source urządzenia Galaxy Watch Active.
- **Zgłoszenie informacji diagnost. i o wykorzyst.:** ustawienie urządzenia Galaxy Watch Active tak, aby automatycznie przesyłało raport z diagnostyki i użytkownika urządzenia do firmy Samsung.
- **Debugowanie:** włączenie lub wyłączenie trybu debugowania podczas opracowywania aplikacji na urządzenie Galaxy Watch Active.

Połącz z nowym telefonem

Zegarek Galaxy Watch Active można połączyć z nowym urządzeniem przenośnym. Zegarek Galaxy Watch Active można połączyć z innym urządzeniem przenośnym po przeprowadzeniu miękkiego zerowania w celu usunięcia danych, z wyjątkiem plików multimedialnych i danych osobowych.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Połącz z nowym telefonem**.



Ustawienie **Połącz z nowym telefonem** jest dostępne tylko wtedy, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest połączony z urządzeniem przenośnym.

Podłącz do telefonu

Skonfiguruj połączenie z urządzeniem przenośnym podczas korzystania z samego zegarka Galaxy Watch Active. Możesz wybrać, czy chcesz przywrócić dane zegarka Galaxy Watch Active zapisane na urządzeniu przenośnym.

Na ekranie Ustawienia dotknij **Podłącz do telefonu**.

- **✓** : Połącz zegarek Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym i zsynchronizuj informacje o swoim stanie zdrowia, wartościach ustawień i kontaktach zapisanych w pamięci zegarka Galaxy Watch Active.
- **✗** : Połącz zegarek Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym po wyzerowaniu wszystkich danych zapisanych na zegarku Galaxy Watch Active.




Podłącz do telefonu jest wyświetlana tylko, gdy zegarek Galaxy Watch Active jest używany bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

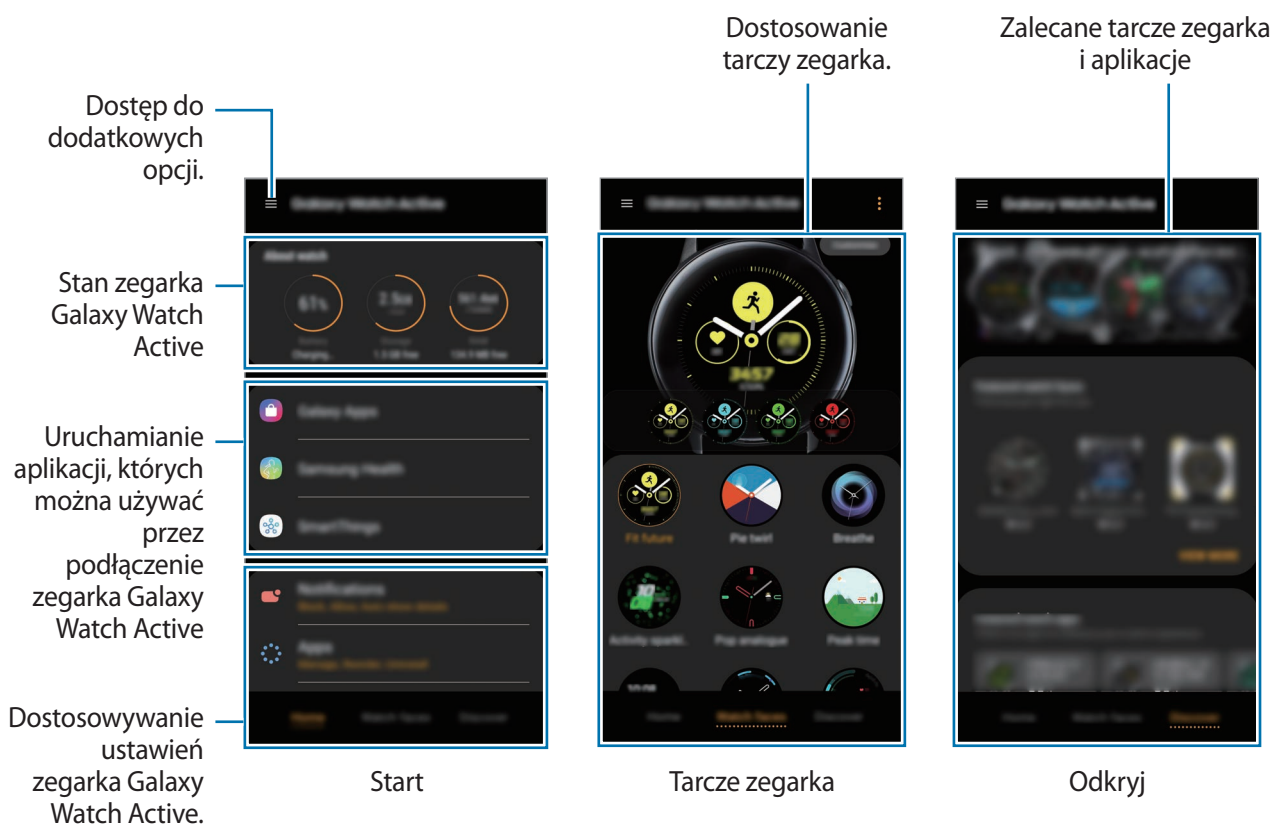
Aplikacja Galaxy Wearable

Wstęp

Aby połączyć zegarek Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym, należy zainstalować na urządzeniu przenośnym aplikację Galaxy Wearable. Będzie można sprawdzać stan zegarka Galaxy Watch Active i pobierać zalecane tarcze zegarka oraz aplikacje. Można też dostosowywać różne ustawienia zegarka Galaxy Watch Active do własnych preferencji, na przykład ustawienia powiadomień.

Na swoim urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.

 Niektóre funkcje mogą nie być dostępne w zależności od typu podłączonego urządzenia przenośnego.



Dotknij , aby użyć następujących opcji:

- **Dodaj nowe urządzenie:** rozłączanie urządzenia z aktualnie podłączonym urządzeniem przenośnym i łączenie z nowym urządzeniem. Wybierz urządzenie na ekranie lub dotknij **Nie ma na liście**, jeżeli nie można znaleźć urządzenia, a następnie postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby połączyć z nowym urządzeniem.
- **Rozłącz:** odłączanie zegarka Galaxy Watch Active od aktualnie połączonego urządzenia przenośnego.
- **Powiadomienia aplikacji:** zmiana różnych ustawień powiadomień aplikacji Galaxy Wearable na urządzeniu przenośnym.
- **Przełączaj automatycznie:** zegarek Galaxy Watch Active automatycznie połączy się z urządzeniem przenośnym, nawet jeśli będzie na nadgarstku.



Ta opcja jest wyświetlana, tylko gdy z urządzeniem przenośnym sparowane są więcej niż dwa urządzenia wspierające funkcję automatycznego przełączania.

- **Instrukcja obsługi:** wyświetlanie instrukcji obsługi z informacjami o obsłudze urządzenia Galaxy Watch Active.
- **Kontakt z nami:** aplikacja **Samsung Members** oferuje klientom usługi pomocy technicznej, takie jak diagnozowanie problemów z urządzeniem. Użytkownicy mogą przysyłać pytania i raporty dotyczące błędów. Poza tym można również wymieniać się informacjami z innymi członkami społeczności użytkowników telefonów Galaxy lub wyświetlać najnowsze doniesienia i wskazówki dotyczące telefonów Galaxy. Aplikacja **Samsung Members** może pomóc w rozwiązywaniu problemów, które mogą wystąpić podczas korzystania z urządzenia.



Dostępność tej opcji zależy od regionu, operatora sieci lub modelu, który może nie obsługiwać aplikacji **Samsung Members**.

Start

Możliwe jest wyświetlanie stanu zegarka Galaxy Watch Active i dostosowywanie jego ustawień. Można też uruchamiać przydatne aplikacje, łącząc z zegarkiem Galaxy Watch Active.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start**.

O zegarku

Na tym ekranie wyświetlany jest stan baterii, stan miejsca i stan zasobów pamięci RAM zegarka Galaxy Watch Active.

Wybierz element, aby wyświetlić jego szczegóły.

Galaxy Store

W aplikacji **Galaxy Store** można kupować i pobierać aplikacje lub tarcze zegarka, które zostały specjalnie opracowane z myślą o urządzeniu Galaxy Watch Active.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Galaxy Store**.

Przejrzyj kategorie i wybierz aplikację i tarczę zegarka do pobrania.

Samsung Health

Możesz wyświetlać dane zapisane w aplikacji Samsung Health.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Samsung Health**.

SmartThings

Uruchom aplikację **SmartThings** w urządzeniu przenośnym, aby wygodnie kontrolować urządzenia domowe i produkty Internetu rzeczy oraz zarządzać nimi.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **SmartThings**.

Powiadomienia

Zmień ustawienia dla funkcji powiadomień. Możesz otrzymywać na bieżąco informacje o różnych zdarzeniach z urządzenia przenośnego, takich jak nowe wiadomości.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Powiadomienia**, dotknij przełącznika, aby włączyć tę funkcję, a następnie włącz elementy.

- **Zarządzaj powiadomieniami:** wybór aplikacji z urządzenia przenośnego, których powiadomienia mają być wysyłane do zegarka Galaxy Watch Active.
- **Pokazuj tylko po założ. zegarka:** włączenie wyświetlania powiadomień na zegarku Galaxy Watch Active tylko po jego założeniu.
- **Wycisz połączony telefon:** wyciszanie urządzenia przenośnego, kiedy połączone urządzenie Galaxy Watch Active otrzymuje powiadomienie.
- **Pokazuj szczegóły autom.:** włączenie pokazywania na zegarku Galaxy Watch Active szczegółów powiadomień po ich odebraniu.
- **Wskaźnik powiadomień:** ustawianie wyświetlania na ekranie zegarka urządzenia Galaxy Watch Active pomarańczowej kropki informującej o niesprawdzonych powiadomieniach.
- **Włącz ekran:** ustawienie urządzenia Galaxy Watch Active tak, aby po odebraniu powiadomienia włączany był jego ekran.
- **Pokaż podczas użycia telefonu:** włączanie wyświetlania na zegarku Galaxy Watch Active powiadomień podczas korzystania z urządzenia przenośnego.
- **Inteligent. przekazywanie:** ustawienie urządzenia przenośnego tak, aby automatycznie uruchomiło aplikację odbierającą powiadomienie z Galaxy Watch Active, kiedy podniesiesz urządzenie przenośne.





- Niektóre urządzenia przenośne mogą nie obsługiwać funkcji **Inteligent. przekazywanie**.
- Jeśli ekran urządzenia przenośnego jest zablokowany, musi zostać najpierw odblokowany, zanim zostaną wyświetlone szczegóły.

Aplikacje



Umożliwia personalizację ekranu aplikacji zegarka Galaxy Watch Active. Możesz również przemieścić aplikacje.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Aplikacje**.

Odinstalowywanie aplikacji

Dotknij  → **Deinstalacja** i dotknij  obok aplikacji, które chcesz usunąć z urządzenia Galaxy Watch Active.

Porządkowanie aplikacji

- 1 Dotknij  → **Zmiana kolejności** i dotknij **Niestandard**.
- 2 Dotknij  obok aplikacji i przeciągnij w inne miejsce.
- 3 Dotknij **GOTOWE**.

Jeżeli zostanie wybrana **Najpierw najnow.**, ekran aplikacji urządzenia Galaxy Watch Active zostanie uporządkowany, tak że na początku wyświetlane będą ostatnio używane aplikacje.

Ukrywanie aplikacji

Możliwe jest ukrycie aplikacji, tak aby nie była wyświetlana na ekranie aplikacji zegarka Galaxy Watch Active.

1 Dotknij  → **Ukryj**.

2 Wybierz aplikację i dotknij **Zastosuj**.

Aplikacja pojawi się w **Ukryte aplikacje** i nie będzie wyświetlana na ekranie aplikacji zegarka Galaxy Watch Active.

Wyświetlanie aplikacji

1 Dotknij  → **Ukryj**.

2 Usuń zaznaczenie ukrytej aplikacji i dotknij **Zastosuj**.

Aplikacja zniknie z **Ukryte aplikacje** i będzie wyświetlana na ekranie aplikacji zegarka Galaxy Watch Active.

Dostosowanie aplikacji



Dotknij  obok aplikacji, aby dopasować podstawowe ustawienia związane z aplikacją.

Widgety

Dostosuj widgety w zegarku Galaxy Watch Active. Możesz również zmienić położenie widжетów.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Widgety**.

Dodawanie lub usuwanie widжетów

Dotknij  obok widgetu, aby go usunąć, lub dotknij  obok widgetu, aby go dodać, i dotknij **Zapisz**.

Widget zostanie dodany lub usunięty z zegarka Galaxy Watch Active.

Porządkowanie widжетów

Dotknij  obok widgetu, przeciągnij go w inne miejsce, a następnie dotknij **Zapisz**.

Kolejność widжетów zostanie zmieniona na zegarku Galaxy Watch Active.

Wibracja

Możliwa jest zmiana ustawień wibracji zegarka Galaxy Watch Active.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Wibracja**.

- **Intensywność wibracji:** dostosowanie intensywności wibracji.
- **Długa wibracja:** urządzenie Galaxy Watch Active będzie sygnalizować połączenia przychodzące dłuższymi wibracjami.
- **Wibracja dzwonka:** wybierz wzór wibracji informujących o połączeniach przychodzących.
- **Wibracja przy powiadom.:** wybierz wzór wibracji informujących o powiadomieniach.

Wyświetlanie

Zmień ustawienia wyświetlacza Galaxy Watch Active i ekranu aplikacji.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Wyświetlanie**.

- **Jasność:** regulowanie jasności wyświetlacza.
- **Automat. niska jasność:** urządzenie Galaxy Watch Active może automatycznie dostosować jasność, w zależności od warunków oświetlenia.
- **Wygazenie ekranu:** ustawianie czasu oczekiwania zegarka Galaxy Watch Active przed wyłączeniem podświetlenia wyświetlacza.
- **Wyśw. ost. apl.:** wybierz czas wyświetlania ostatnio używanej aplikacji, gdy ekran zostanie ponownie włączony po jego wyłączeniu.
- **Styl tła:** zmiana tapety.

Zaawansowane

Na tym ekranie można włączyć zaawansowane funkcje zegarka Galaxy Watch Active i zmieniać ustawienia sterowania.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Zaawansowane**.

- **Dwukr. nac. klaw. ekr. start.:** wybór aplikacji lub funkcji do uruchomienia po dwukrotnym naciśnięciu klawisza strony domowej zegarka Galaxy Watch Active.
- **Gest budzenia:** ustawienie włączania ekranu urządzenia Galaxy Watch Active po podniesieniu nadgarstka z urządzeniem Galaxy Watch Active.
- **Budzenie dotykiem:** ustawienie włączania ekranu urządzenia Galaxy Watch Active po dotknięciu ekranu.
- **Tryb Blokada przed wodą:** włączanie trybu blokady wodnej przed wejściem do wody. Wyłączone zostaną ekran dotykowy, funkcja Gest wybudzenia, a także funkcja Zegarek zawsze włączony.
- **Czułość dotyku:** ustawienie urządzenia Galaxy Watch Active umożliwiające posługiwanie się ekranem dotykowym w rękawiczkach.
- **Nie przeszkadzać:** ustawienie urządzenia Galaxy Watch Active umożliwiające wyciszenie wszystkich powiadomień poza alarmami i wyłączenie włączania ekranu po odebraniu powiadomień.
- **Tryb kinowy:** włączenie trybu teatru do oglądania filmów. Wszystkie alarmy i powiadomienia są wyciszone, a ekran nie będzie włączany po odebraniu powiadomienia lub uruchomieniu alarmu. Automatycznie wyłączone zostaną funkcja Gest wybudzenia i funkcja Zegarek zawsze włączony.
- **Tryb Dobranoc:** włączanie trybu „Dobranoc” na czas snu. Wszystkie powiadomienia poza alarmami są wyciszone, a ekran nie będzie włączany po odebraniu powiadomień w trakcie snu. Automatycznie wyłączone zostaną funkcja Gest wybudzenia i funkcja Zegarek zawsze włączony.
- **Edytowanie szybkich ustawień:** edycja panelu szybkiego dostępu zegarka Galaxy Watch Active.
- **Przechwytywanie ekranu:** przeciągnięcie palcem w prawą stronę przy jednoczesnym wciśnięciu klawisza strony domowej w celu wykonania zrzutu.

Dodawanie zawartości do zegarka

Umożliwia ręczne lub automatyczne przenoszenie zapisanych plików audio lub graficznych z urządzenia przenośnego do urządzenia Galaxy Watch Active.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Dodawanie zawartości do zegarka**.

• Muzyka

- **Dodaj utwory:** wybierz pliki audio i ręcznie wyślij je z urządzenia przenośnego do zegarka Galaxy Watch Active.
- **Autom. synchronizacja:** włączenie synchronizacji ostatnio dodanych plików audio z urządzeniem Galaxy Watch Active, gdy poziom energii baterii jest wyższy niż 15%.



Jeśli pliki muzyczne zapisane w zegarku Galaxy Watch Active zajmą ponad 1 GB, pliki nieoznaczone jako ulubione zostaną usunięte w kolejności od najstarszych do najnowszych.

- **Listy odtwarz. do synchr.:** wybierz listę odtwarzania do synchronizacji z zegarkiem Galaxy Watch Active.



Funkcja **Listy odtwarz. do synchr.** jest dostępna, tylko gdy na urządzeniu przenośnym jest zainstalowana aplikacja Samsung Music i jest aktywowana po włączeniu funkcji **Autom. synchronizacja**.

• Obrazy

- **Kopiowanie obrazów:** wybierz pliki graficzne i ręcznie wyślij je z urządzenia przenośnego do zegarka Galaxy Watch Active.
- **Autom. synchronizacja:** włączenie synchronizacji obrazów z urządzeniem Galaxy Watch Active, gdy poziom energii baterii jest wyższy niż 15%.
- **Limit obrazów:** wybierz liczbę obrazów do przesłania do zegarka Galaxy Watch Active z urządzenia przenośnego.
- **Albumy do synchronizacji:** wybierz album obrazów do synchronizacji z urządzeniem Galaxy Watch Active.

Wysyłanie żądań SOS

Zegarek Galaxy Watch Active można skonfigurować, tak aby w sytuacji zagrożenia można było wysłać wiadomość alarmową na uprzednio zarejestrowany kontakt alarmowy przez trzykrotne szybkie naciśnięcie klawisza strony domowej zegarka Galaxy Watch Active.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Wysyłanie żądań SOS**, a następnie dotknij przełącznika, aby włączyć tę funkcję. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Wiadomości alarmowe](#).

Znajdź mój zegarek

Możliwe jest zdalne sterowanie zegarkiem Galaxy Watch Active w przypadku jego zgubienia lub utraty.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Znajdź mój zegarek**.



Najpierw należy zarejestrować konto Samsung na podłączonym urządzeniu przenośnym, aby używać tej funkcji.

- **Pobierz lokalizację:** sprawdzanie, gdzie znajduje się zegarek Galaxy Watch Active.
- **Ustaw ochronę:**
 - **Blokada zdalna:** zdalne zablokowanie urządzenia Galaxy Watch Active, aby uniemożliwić nieupoważniony dostęp. Tej funkcji można używać, gdy urządzenie przenośne jest połączone z urządzeniem Galaxy Watch Active za pośrednictwem Bluetooth lub połączenia zdalnego. Jeżeli zegarek Galaxy Watch Active jest zablokowany, połącz urządzenie przenośne z zegarkiem Galaxy Watch Active za pośrednictwem Bluetooth. Blokada zostanie wyłączona automatycznie.
 - **Resetuj zegarek:** zdalne usunięcie wszystkich danych osobowych przechowywanych na urządzeniu Galaxy Watch Active. Po zresetowaniu urządzenia Galaxy Watch Active nie można przywrócić informacji ani skorzystać z funkcji znajdowania zegarka.
 - **Blokada ponown. aktywacji:** włączenie na zegarku Galaxy Watch Active wymagania podania informacji o koncie Samsung po zresetowaniu urządzenia. Ta funkcja uniemożliwi innym uruchomienie urządzenia w przypadku utraty lub kradzieży.

Konto i kopia zapasowa

Zarejestruj konto Samsung i zaloguj się, aby tworzyć kopie zapasowe danych urządzenia Galaxy Watch Active lub przywracać je przy użyciu Samsung Cloud. Można też zdalnie połączyć się z zegarkiem Galaxy Watch Active za pomocą konta Samsung.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Konto i kopia zapasowa**.

- **Konto Samsung account:** dodawanie konta Samsung używanego na zegarku Galaxy Watch Active.
- **Kopia zapasowa i przywracanie:** ta funkcja umożliwia ochronę informacji osobistych, danych aplikacji i ustawień na urządzeniu Galaxy Watch Active. Istnieje możliwość utworzenia kopii zapasowej poufnych danych i uzyskania do nich dostępu w późniejszym czasie. Aby utworzyć kopię zapasową danych lub je przywrócić, należy zalogować się na konto Samsung. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Zarządzanie danymi przechowywanymi w pamięci zegarka Galaxy Watch Active](#).
- **Połączenie zdalne:** włączanie zdalnego łączenia zegarka Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym za pośrednictwem sieci Wi-Fi, jeśli połączenie Bluetooth między urządzeniami jest niedostępne. Funkcja jest dostępna po zalogowaniu się do swojego konta Samsung.



Regularnie twórz kopie zapasowe swoich danych w bezpiecznej lokalizacji, na przykład w Samsung Cloud lub na komputerze, dzięki czemu będziesz w stanie odtworzyć dane w przypadku ich awarii lub utraty w wyniku niezamierzonego przywrócenia danych fabrycznych.

Zarządzanie danymi przechowywanymi w pamięci zegarka Galaxy Watch Active

Ta funkcja umożliwia ochronę informacji osobistych, danych aplikacji i ustawień na zegarku Galaxy Watch Active. Istnieje możliwość utworzenia kopii zapasowej poufnych danych i uzyskania do nich dostępu w późniejszym czasie, a także automatycznego tworzenia kopii zapasowych danych urządzenia Galaxy Watch Active.



- Muzyka i obrazy zapisane na urządzeniu Galaxy Watch Active nie będą uwzględnione w kopii zapasowej.
- W przypadku aplikacji Samsung Health tylko rekordy z ostatnich 28 dni są zapisywane na zegarku Galaxy Watch Active. Aby przeglądać zapisane rekordy starsze niż 28 dni, należy zainstalować aplikację Samsung Health na połączonym urządzeniu i automatycznie wykonywać kopie zapasowe danych.

Tworzenie kopii zapasowej danych

Aby utworzyć kopię zapasową danych przechowywanych na zegarku Galaxy Watch Active, na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Konto i kopia zapasowa** → **Kopia zapasowa i przywracanie** → **Ustawienia kopii zapasowej**, wybierz elementy do umieszczenia w kopii zapasowej, a następnie dotknij **Twórz teraz kopię zap.** Dane zostaną zapisane w usłudze Samsung Cloud.

Przywracanie danych

Aby przywrócić kopię zapasową danych przechowywanych na zegarku Galaxy Watch Active, na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Konto i kopia zapasowa** → **Kopia zapasowa i przywracanie** → **Przywróć**, wybierz elementy do przywrócenia, a następnie dotknij **Przywróć teraz**. Najnowsze dane kopii zapasowej zostaną przywrócone.

Automatyczne tworzenie kopii zapasowej danych

Aby automatycznie tworzyć kopie zapasowe danych przechowywanych na zegarku Galaxy Watch Active za pomocą Samsung Cloud i uzyskiwać do nich dostęp z innych urządzeń, na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Konto i kopia zapasowa** → **Kopia zapasowa i przywracanie** → **Ustawienia kopii zapasowej**, a następnie dotknij przełącznika **Automatyczna kopia zapasowa** w celu włączenia tej funkcji.

Synchronizuj ustaw. telefonu

Funkcja umożliwia spersonalizowanie ustawień synchronizacji sieci Wi-Fi zegarka Galaxy Watch Active.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Synchronizuj ustaw. telefonu**, a następnie dotknij przełącznika **Synchroniz. profile Wi-Fi**, aby włączyć tę funkcję.

Na urządzeniu przenośnym zostanie włączona funkcja synchronizacji listy sieci Wi-Fi zapisanych na zegarku Galaxy Watch Active.

Dostępność

Możesz skonfigurować wiele ustawień, aby zwiększyć dostępność urządzenia Galaxy Watch Active.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Dostępność**.

- **Ułatwienia widoczności:** dostosowanie ustawień tak, aby ułatwić korzystanie z urządzenia użytkownikom niedowidzącym.
- **Ustawienia zaawansowane:** włączenie powiadamiania przez zegarek Galaxy Watch Active w regularnych odstępach o nieprzeczytanych powiadomieniach i wybór interwału takiego powiadamiania. Można też ustawić szybkie otwieranie menu ułatwień dostępu.

O zegarku

Możliwe jest wyświetlanie stanu zegarka Galaxy Watch Active i innych informacji. Można też aktualizować oprogramowanie zegarka Galaxy Watch Active.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **O zegarku**.

- **Bateria:** sprawdzanie pozostałego poziomu energii baterii i czasu użycia, a także włączanie trybu oszczędzania energii.



Pozostały czas zużycia wyświetla czas, jaki pozostał do wyładowania baterii. Czas zużycia może być inny zależnie od ustawień urządzenia i warunków obsługi.

- **Domyślna:** sprawdź stan używanej i dostępnej pamięci. Aby usunąć zbędne pliki, dotknij **CZYŚĆ TERAZ**.



Rzeczywista, dostępna pojemność pamięci wewnętrznej jest mniejsza niż podana wartość, ponieważ system operacyjny i domyślne aplikacje zajmują część pamięci. Dostępna pojemność może ulec zmianie po zaktualizowaniu urządzenia.

- **Pamięć RAM:** sprawdź stan używanej i dostępnej pamięci RAM. Aby przyspieszyć działanie urządzenia Galaxy Watch Active przez ograniczenie ilości wykorzystywanej pamięci RAM, zaznacz aplikacje na liście aplikacji, a następnie dotknij **CZYŚĆ TERAZ**.
- **Zaktualizuj oprogramowanie zegarka:** zainstalowanie na zegarku Galaxy Watch Active najnowszej wersji oprogramowania.

- **Informacje prawne:** wyświetlanie informacji prawnych dotyczących zegarka Galaxy Watch Active.
- **Instalowanie nieznanymi aplikacjami:** zezwolenie na instalowanie na zegarku Galaxy Watch Active aplikacji z nieznanymi źródłami.
- **Nazwa urządzenia:** zmiana nazwy zegarka Galaxy Watch Active.
- **Informacje o urządzeniu:** sprawdzanie informacji o zegarku Galaxy Watch Active, takich jak adres MAC karty Wi-Fi, adres Bluetooth i numer seryjny.

Aktualizacja oprogramowania za pośrednictwem aplikacji Galaxy Wearable

Oprogramowanie urządzenia Galaxy Watch Active można bezpośrednio zaktualizować do najnowszej wersji za pomocą usługi FOTA (Firmware Over-The-Air).

- 1 Na swoim urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.
- 2 Dotknij **Start** → **O zegarku** → **Zaktualizuj oprogramow. zegarka** → **Aktualizuj teraz**.
- 3 Dotknij **POBIERZ** i zainstaluj najnowszą wersję oprogramowania na urządzeniu przenośnym.
- 4 Przeczytaj informacje podane na ekranie i dotknij **INSTALUJ TERAZ**.

Urządzenie Galaxy Watch Active skopiuje zaktualizowane oprogramowanie z urządzenia przenośnego i uruchomi się ponownie.



Aby automatycznie sprawdzać dostępne aktualizacje i pobierać je, dotknij przełącznika **Aktualizuj automatycznie** w celu włączenia tej funkcji. Aktualizacje zostaną pobrane tylko, jeśli urządzenie jest podłączone do sieci Wi-Fi.

Galaxy Wearable – informacje

Istnieje możliwość wyświetlenia informacji o wersji aplikacji Galaxy Wearable.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Galaxy Wearable – informacje**.

Tarcze zegarka

Typ zegarka wyświetlanego na ekranie można zmieniać.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable Tarcze zegarka** i wybierz określony typ zegarka. Wybrana tarcza zegarka zostanie zastosowana na ekranie zegarka.

Dotknij **Dostosuj**, aby zmienić tło i wybrać elementy do wyświetlenia na tarczy zegarka.

Odkryj

Zalecane tarcze zegarka i aplikacje można pobrać ze sklepu **Galaxy Store**.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Odkryj**.

Pobierz żądane tarcze zegarka i aplikacje. Dotknij **WIĘCEJ**, aby wyświetlić więcej tarcz zegarka i aplikacji.

Korzystanie z urządzenia Galaxy Watch Active

Wstęp

Użyteczne funkcje urządzenia Galaxy Watch Active można wykorzystywać, aby ułatwić sobie wykonywanie codziennych czynności, a także dbać o zdrowie. Urządzenie Galaxy Watch Active wykorzystuje też usługę dostosowywania do analizy wzorców użycia i stanu, aby dostarczać usługi i informacje dopasowane do lokalizacji i miejsca użytkownika.

Życzymy miłego użytkowania wielu funkcji urządzenia Galaxy Watch Active.

Funkcja trenera osobistego do poprawy stanu zdrowia

Urządzenie Galaxy Watch Active ułatwia dbanie o stan zdrowia. Wbudowany czujnik tętna pozwala mierzyć tętno, a pozyskane w ten sposób dane są wykorzystywane do analizy poziomu stresu i wzoru snu. Można też tworzyć własne plany treningowe na podstawie wprowadzonych danych profilu.



Łącząc zegarek Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym, można korzystać z różnych innych ćwiczeń i funkcji zarządzania zdrowiem.

Osiąganie dziennego celu aktywności

Można sprawdzać realizację celu dziennej aktywności na podstawie wartości docelowej, takiej jak liczba spalonych kalorii, czas treningu, lub informacji o dziennej aktywności, a także wprowadzonego profilu.

Dzienny cel można skontrolować przy użyciu wykresu dziennej aktywności w widżecie **Dzienna aktywność** lub aplikacji **Samsung Health**. Informacji tych można używać do monitorowania zdrowia i wykonywania czynności, które pomogą opracować zrównoważony plan aktywności i poprawę zdrowia.

Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Dzienna aktywność](#).

Zarządzanie stresem i jakością snu

Bardziej precyzyjny czujnik tętna pozwala na stały pomiar poziomów stresu i wzorów snu.

Zarządzanie stresem

Po zakończeniu pomiaru poziomu stresu rozluźnij się, postępując zgodnie ze wskazówkami oddychania wyświetlanymi na ekranie urządzenia Galaxy Watch Active. Po pomiarze poziomu stresu dotknij **ODDECH** >, aby rozpocząć oddychanie i obniżyć poziom stresu.

Sprawdzanie wzorów snu

Wzór snu będzie mierzony i dzielony na cztery fazy. Po obudzeniu o poranku można sprawdzić wzór snu na ekranie aplikacji monitorującej sen lub w widżecie **Sen**. Dzięki temu można określić swój wzór snu, prowadząc stałą obserwację.

Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Sen](#).



Analizowane są cztery fazy snu (czuwanie, REM, sen płytki, sen głęboki). W tym celu wykorzystywane są ruchy ciała i zmiany tętna. Zostanie wyświetlony wykres z zalecanymi wartościami dla każdej mierzonej fazy snu na podstawie wyników osób z tej samej grupy wiekowej.

Wykonywanie zaawansowanych ćwiczeń

Korzystanie z różnych funkcji ćwiczeń

Urządzenie Galaxy Watch Active obsługuje około 40 ćwiczeń i aktywności wykonywanych na dworze i w pomieszczeniach. Galaxy Watch Active pomaga ćwiczyć efektywnie w domu, na dworze lub w centrum fitnessu. Urządzenie Galaxy Watch Active pomaga osiągnąć ustalony cel, umożliwiając dokładne sprawdzanie czasu ćwiczenia, odległości, prędkości, tętna i liczby spalonych kalorii w trakcie ćwiczeń.

Więcej informacji o rozpoczynaniu różnych ćwiczeń można znaleźć w rozdziale [Ćwiczenie](#).

Wykonywanie wielu ćwiczeń w jednej sesji

Można sprawnie wykonywać kilka ćwiczeń w jednej sesji. Po zakończeniu jednego ćwiczenia rozpocznij następne od razu.

Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Wykonywanie wielu ćwiczeń](#).

Używanie jako inteligentnego terminarza

Sprawdzanie informacji o bieżącym dniu

Urządzenia Galaxy Watch Active można używać do planowania ważnych dni. Na ekranie zegarka można wyświetlać informacje, takie jak harmonogramy, przypomnienia, godziny alarmów bez konieczności uruchamiania aplikacji.

Dotknij ekran u zegarka i przytrzymaj go, a następnie przeciągnij po ekranie w lewo lub w prawo, aby wybrać tarczę zegarka **My day**. Na tarczy zegarka **My day** można przeglądać dzienny harmonogram i zarządzać nim.

Na tarczy zegarka można wyświetlać następujące informacje:

- Dzisiejszy harmonogram ustawiony w kalendarzu
- Elementy zapisane jako przypomnienia
- Godziny alarmów

Więcej informacji o rejestrowaniu harmonogramu lub przypomnienia albo ustawianiu alarmu można znaleźć w rozdziale [Kalendarz](#), [Reminder](#) lub [Alarm](#).



- Na tarczy można przeglądać tylko harmonogram i informacje o alarmach na 10 godzin do przodu od bieżącej godziny.
- Informacje o alarmach ustawionych na urządzeniu przenośnym nie są wyświetlane na ekranie Zegarek.

Zarządzanie swoimi codziennymi czynnościami


Urządzenie Galaxy Watch Active ułatwia wykonywanie codziennych czynności. Wykorzystując usługę dostosowywania, urządzenie Galaxy Watch Active analizuje styl życia i gusta użytkownika, a następnie udostępnia odpowiednie funkcje dopasowane do lokalizacji i miejsca przebywania. Urządzenie Galaxy Watch Active wspomaga użytkownika od rana do nocy. Galaxy Watch Active zawsze udostępnia najbardziej potrzebne funkcje i usługi w dowolnym czasie i miejscu.



- Ta funkcja jest dostępna po połączeniu zegarka Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym, które obsługuje platformę usługi dostosowywania w wersji 2.2 lub nowszej. Po wyrażeniu zgody na korzystanie z usługi dostosowywania na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Ustawienia**, dotknij kolejno **Konta i kopia zapasowa** → **Konta** → **Samsung account** → **Prywatność** → **Usługa niestandardowa**, a następnie dotknij przełącznik, aby włączyć usługę.
- Jeśli wcześniej przeanalizowany wzorzec stylu życia zmieni się, urządzenie Galaxy Watch Active dostarczy usługi i funkcje w oparciu o zmieniony wzorzec.

Informowanie o planie dnia dwa razy dziennie


Urządzenie może informować użytkownika o planie dnia po przebudzeniu i przed pójściem spać, wyświetlając przydatne informacje potrzebne w ciągu dnia.

Na ekranie aplikacji dotknij  (**Ustawienia**) → **Zaawansowane** → **Podsumowanie dnia** → **Otrzymuj podsumowania automat.** i dotknij przełącznika, aby włączyć tę funkcję.

Po przebudzeniu urządzenie Galaxy Watch Active może powiadamiać o dzisiejszych ważnych spotkaniach lub pogodzie. Przed snem Galaxy Watch Active może natomiast informować o ćwiczeniach, jutrzejszej pogodzie, a także przypominać o wszelkich niedokończonych zadaniach.

Więcej informacji o rejestrowaniu harmonogramu lub przypomnienia w ramach funkcji informacyjnej można znaleźć w rozdziale [Kalendarz](#) lub [Reminder](#).



Możliwe jest także wyświetlanie informacji dwa razy w ciągu dnia w razie potrzeby. Na ekranie aplikacji dotknij  (**Ustawienia**) → **Zaawansowane** → **Podsumowanie dnia** → **Ustaw godziny podsumowań**, dotknij przełącznika w celu włączenia funkcji, a następnie dotknij **Godziny podsumowań**, aby ustawić żądane godziny. Funkcja ta jest jednak dostępna tylko po wyłączeniu funkcji **Otrzymuj podsumowania automat.**

Uruchamianie zalecanych aplikacji według lokalizacji i godziny


Możliwe jest wygodne uruchamianie ulubionych aplikacji przy użyciu widgetów. Urządzenie Galaxy Watch Active umożliwia analizowanie wzorców użycia według czasu i miejsca, aby można było automatycznie dodawać do widgetu **Skróty aplikacji** ulubione aplikacje, które były używane o konkretnych godzinach lub w określonych miejscach.

Na przykład, gdy użytkownik przychodzi na przystanek autobusowy w godzinach szczytu, do widgetu zostają automatycznie dodane często używane mapy lub aplikacje związane z komunikacją miejską i aplikacja do odtwarzania muzyki.

Na ekranie zegarka przeciągnij ekran w lewo i uruchom automatycznie dodane aplikacje z poziomu widgetu **Skróty aplikacji**.

Włączanie trybu „Dobranoc” poprawiającego jakość snu

Przed snem urządzenie Galaxy Watch Active wyświetla przypomnienie o konieczności położenia się do łóżka. Aby poprawić jakość snu, włącz tryb „Dobranoc”.

Na ekranie aplikacji dotknij  (**Ustawienia**) → **Zaawansowane** → **Tryb Dobranoc** i dotknij przełącznika, aby włączyć tę funkcję. Po otrzymaniu powiadomienia o włączeniu trybu „Dobranoc” wypełnij instrukcje wyświetlane na ekranie, aby go włączyć.

Aby automatycznie włączyć tryb „Dobranoc”, dotknij przełącznika **Użyj podczas snu** w celu włączenia tej funkcji. Zostanie wyświetlone powiadomienie 30 minut przed automatycznym włączeniem trybu „Dobranoc”.

W tym trybie wyłączane są następujące funkcje:

- Wszystkie wibracje z wyjątkiem alarmów
- Włączanie ekranu po odebraniu powiadomień
- Funkcja zawsze włączonego zegarka
- Funkcja gestów wybudzania

Tryb „Dobranoc” jest automatycznie wyłączany po obudzeniu się.

Korzystanie z podwójnego zegarka za granicą

W trakcie podróży za granicę lub w podróży biznesowej urządzenie Galaxy Watch Active umożliwia automatyczne wykrywanie zmiany strefy czasowej i wyświetla monit o przełączenie na ekran podwójnego zegarka, aby widoczny był czas lokalny i czas kraju użytkownika. Funkcji podwójnego zegarka można użyć, zmieniając tarczę zegarka zgodnie z monitami.



Ta funkcja jest dostępna po połączeniu zegarka Galaxy Watch Active z urządzeniem przenośnym, które obsługuje platformę usługi dostosowywania w wersji 2.2 lub nowszej. Po wyrażeniu zgody na korzystanie z usługi dostosowywania na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Ustawienia**, dotknij kolejno **Konta i kopia zapasowa** → **Konta** → **Samsung account** → **Prywatność** → **Usługa niestandardowa**, a następnie dotknij przełącznik, aby włączyć usługę.

Korzystanie z wygodnych przypomnień

Można szybko rejestrować przypomnienia, używając głosu, aby potem otrzymywać codzienne przypomnienia.

Rejestrowanie przypomnień głosem

Istnieje możliwość łatwego zapisywania rzeczy do zapamiętania, wypowiadając je.

Na przykład powiedz „Zadzwoń do mamy o 15”, aby utworzyć przypomnienie. O godzinie 15 zostanie wyświetlone przypomnienie o konieczności zadzwonienia do mamy.

Więcej informacji o rejestrowaniu przypomnień można znaleźć w rozdziale [Tworzenie przypomnienia](#).

Załącznik

Rozwiązywanie problemów

Zanim skontaktujesz się z centrum serwisowym firmy Samsung, wypróbuj następujące rozwiązania. Niektóre sytuacje mogą nie dotyczyć urządzenia Galaxy Watch Active.

Nie można włączyć zegarka Galaxy Watch Active

Jeśli bateria jest całkowicie rozładowana, włączenie zegarka Galaxy Watch Active nie będzie możliwe. Przed włączeniem Galaxy Watch Active należy w pełni naładować baterię.

Ekran dotykowy reaguje wolno lub nieprawidłowo

- Jeśli ekran dotykowy został przykryty folią ochronną lub są na nim przymocowane inne opcjonalne akcesoria, może on nie działać poprawnie.
- Ekran dotykowy może też działać wadliwie, jeśli dotykasz go przez rękawiczki, brudnymi palcami, ostrym przedmiotem albo paznokciami.
- Ekran dotykowy może działać nieprawidłowo po zetknięciu z wodą lub w warunkach wysokiej wilgotności.
- Uruchom zegarek Galaxy Watch Active ponownie, aby usunąć tymczasowe błędy oprogramowania.
- Sprawdź, czy oprogramowanie urządzenia Galaxy Watch Active zostało zaktualizowane do najnowszej wersji.
- Jeśli ekran dotykowy jest porysowany lub uszkodzony, odwiedź centrum serwisowe firmy Samsung.

Zegarek Galaxy Watch Active zawiesza się lub występują błędy

Spróbuj następujących rozwiązań. Jeśli problem nadal występuje, zwróć się do centrum serwisowego firmy Samsung.

Ponownie uruchomienie Galaxy Watch Active


Jeżeli urządzenie Galaxy Watch Active nie reaguje na polecenia lub zawiesza się, konieczne może być zamknięcie aplikacji lub wyłączenie urządzenia i włączenie go ponownie.

Wymuszanie ponownego uruchomienia

Jeśli urządzenie Galaxy Watch Active zawiesiło się i nie reaguje, uruchom je ponownie, naciskając klawisz strony domowej (klawisz zasilania) i przytrzymując go przez ponad 7 sekund.

Przywracanie ustawień zegarka Galaxy Watch Active

Jeżeli problem nie zostanie rozwiązany przy użyciu powyższych metod, przywróć ustawienia fabryczne.

Na ekranie aplikacji dotknij  (Ustawienia) → **Ogólne** → **Resetuj**. Zanim przywrócisz ustawienia fabryczne, wykonaj kopie zapasowe wszystkich ważnych danych zapisanych na urządzeniu Galaxy Watch Active.

Inne urządzenie Bluetooth nie może zlokalizować urządzenia Galaxy Watch Active

- Sprawdź, czy na zegarku Galaxy Watch Active włączono funkcję Bluetooth.
- Zresetuj zegarek Galaxy Watch Active i spróbuj ponownie.
- Sprawdź, czy urządzenie Galaxy Watch Active i drugie urządzenie Bluetooth są w zasięgu połączenia Bluetooth (10 m). Zasięg ten może być różny w zależności od otoczenia, w którym używane są urządzenia.

Jeśli powyższe wskazówki nie pozwalają na rozwiązanie problemu, skontaktuj się z centrum serwisowym firmy Samsung.

Połączenie Bluetooth nie zostało nawiązane albo Galaxy Watch Active i urządzenie przenośne są rozłączone

- Upewnij się, że w obu urządzeniach jest włączona funkcja Bluetooth.
- Upewnij się, że pomiędzy urządzeniami nie znajdują się żadne przeszkody, takie jak ściany czy sprzęt elektryczny.
- Upewnij się, że w urządzeniu przenośnym zainstalowano najnowszą wersję aplikacji Galaxy Wearable. W razie potrzeby zaktualizuj aplikację Galaxy Wearable do najnowszej wersji.
- Sprawdź, czy urządzenie Galaxy Watch Active i drugie urządzenie Bluetooth są w zasięgu połączenia Bluetooth (10 m). Zasięg ten może być różny w zależności od otoczenia, w którym używane są urządzenia.
- Zrestartuj oba urządzenia i ponownie uruchom aplikację Galaxy Wearable na urządzeniu przenośnym.

Połączenia nie dochodzą do skutku

- Upewnij się, że urządzenie Galaxy Watch Active jest połączone z urządzeniem przenośnym za pośrednictwem Bluetooth. Jeżeli urządzenie Galaxy Watch Active jest połączone z urządzeniem przenośnym zdalnie, nie można odbierać połączeń.
- Upewnij się, że nie zostało wprowadzone blokowanie połączeń przychodzących z danego numeru w urządzeniu przenośnym.
- Sprawdź, czy jest włączony tryb „Nie przeszkadzać”, „Dobranoc” lub tryb teatru. Jeżeli jeden z tych trybów jest włączony, ekran dotykowy nie włącza się podczas połączeń przychodzących. Naciśnij klawisz strony domowej lub klawisz wstecz, aby włączyć ekran i sprawdzić przychodzące połączenie.

Ikona baterii jest pusta

Bateria jest prawie rozładowana. Naładuj baterię.

Nie można naładować baterii (dotyczy ładowarek zatwierdzonych przez firmę Samsung)

- Upewnij się, że prawidłowo podłączasz zegarek Galaxy Watch Active do ładowarki bezprzewodowej i stację dokującą do ładowarki.
- Odwiedź centrum serwisowe firmy Samsung w celu wymiany baterii.

Bateria wyczerpuje się szybciej niż początkowo

- W bardzo niskich lub bardzo wysokich temperaturach czas działania baterii w zegarku Galaxy Watch Active może być krótszy.
- Bateria może się też zużywać szybciej podczas korzystania z niektórych aplikacji.
- Bateria podlega zużyciu i po pewnym czasie może działać krócej.

Urządzenie Galaxy Watch Active jest gorące

W przypadku używania aplikacji wymagających większego zużycia energii lub korzystania z aplikacji na zegarku Galaxy Watch Active przez dłuższy czas urządzenie Galaxy Watch Active może stać się gorące. Jest to normalne zjawisko, które nie powinno wpływać na trwałość ani wydajność działania zegarka Galaxy Watch Active.

Jeśli zegarek Galaxy Watch Active przegrzewa się lub jest ciepły przez długi okres czasu, nie używaj go przez jakiś czas. Jeśli zegarek Galaxy Watch Active nadal się przegrzewa, skontaktuj się z centrum serwisowym firmy Samsung.

Urządzenie Galaxy Watch Active nie może ustalić bieżącego położenia

Urządzenie Galaxy Watch Active wykorzystuje informacje o lokalizacji z urządzenia przenośnego. W niektórych miejscach, np. w budynkach, mogą występować zakłócenia w odbiorze sygnałów GPS. W takich sytuacjach wybierz na urządzeniu przenośnym opcję ustalania położenia za pomocą sieci Wi-Fi.

Utrata danych zapisanych w urządzeniu Galaxy Watch Active

Należy regularnie wykonywać kopię zapasową wszystkich ważnych danych przechowywanych na urządzeniu Galaxy Watch Active. W przeciwnym razie nie będzie możliwe ich odtworzenie w przypadku utraty lub zniszczenia. Firma Samsung nie ponosi odpowiedzialności za utratę danych przechowywanych na urządzeniu Galaxy Watch Active.

Widać niewielką szczelinę dokoła zewnętrznej obudowy Galaxy Watch Active

- Szczelina ta jest związana z procesem produkcyjnym i jest niezbędna ze względu na nieznaczne przemieszczenia lub drgania komponentów.
- W miarę upływu czasu tarcie pomiędzy częściami może doprowadzić do nieznacznego zwiększenia tej szczeliny.

Brak wystarczającej ilości miejsca w pamięci Galaxy Watch Active

Usuń niepotrzebne dane, takie jak zawartość pamięci podręcznej, korzystając z aplikacji Galaxy Wearable lub ręcznie usuń nieużywane aplikacje lub pliki, aby zwolnić miejsce.

Wymywanie baterii

- **Aby wyjąć baterię, należy skontaktować się z autoryzowanym centrum serwisowym. Aby uzyskać informacje o usuwaniu baterii, odwiedź stronę www.samsung.com/global/ecodesign_energy.**
- Z uwagi na bezpieczeństwo **nie należy próbować wyjmować** baterii samodzielnie. Wyjęcie baterii w nieprawidłowy sposób może doprowadzić do uszkodzenia baterii i urządzenia, skutkować obrażeniami i/lub spowodować, że korzystanie z urządzenia nie będzie bezpieczne.
- Firma Samsung nie bierze odpowiedzialności za jakiegokolwiek straty lub szkody (wynikające z odpowiedzialności umownej lub deliktowej, włączając zaniechania), które mogą być skutkiem nieprzestrzegania ostrzeżeń i instrukcji, z wyjątkiem śmierci lub obrażeń spowodowanych zaniechaniami firmy Samsung.

W zależności od kraju i operatora, karty SIM, urządzenie i akcesoria mogą wyglądać inaczej niż na ilustracjach zamieszczonych w niniejszej instrukcji.

Prawa autorskie

Copyright © 2019 Samsung Electronics

Niniejsza instrukcja jest chroniona międzynarodowymi przepisami o prawie autorskim.

Żadna część niniejszej instrukcji nie może być reprodukowana, dystrybuowana, tłumaczona ani przesyłana w jakiegokolwiek formie ani za pomocą jakichkolwiek środków elektronicznych lub mechanicznych, w tym kopiowana, nagrywana lub przechowywana w jakimkolwiek systemie archiwizacyjnym bez uprzedniej pisemnej zgody firmy Samsung Electronics.

Znaki towarowe

- SAMSUNG i logo SAMSUNG są zarejestrowanymi znakami towarowymi firmy Samsung Electronics.
- Bluetooth® jest zarejestrowanym znakiem towarowym firmy Bluetooth SIG, Inc. na całym świecie.
- Wi-Fi®, Wi-Fi Protected Setup™, Wi-Fi Direct™, Wi-Fi CERTIFIED™ i logo Wi-Fi są zarejestrowanymi znakami towarowymi firmy Wi-Fi Alliance.
- Wszelkie inne znaki towarowe i prawa autorskie należą do ich właścicieli.