

Содержание

Начало работы

Внешний вид	1
Функции кнопок и управление жестами касания	1
Сопряжение с телефоном на базе EMUI или Android	3
Сопряжение с iPhone	4
Использование службы отдельного номера на часах	5
Удобные функции часов	5
Получение данных о состоянии здоровья на часах	6
Основные настройки на часах	7
Подключение часов к Интернету	8

Использование службы отдельного номера

Операторы и регионы, которые поддерживают службу eSIM/VoLTE	10
Активация eSIM-карты	18
Совершение вызовов на часах	19
Изменение номера eSIM-карты или замена часов	21

Помощник

Отправка и получение SMS-сообщений	22
HUAWEI Assistant·TODAY	23
	23
Настройка пользовательских карточек	23
Настройка виджетов служб	24
Включение и выключение режима Не беспокоить	24
Поиск телефона с помощью часов	25
Удаленная съемка	25
Управление сообщениями	26
Музыка	27
Таймер	29
Сопряжение с новым телефоном	30

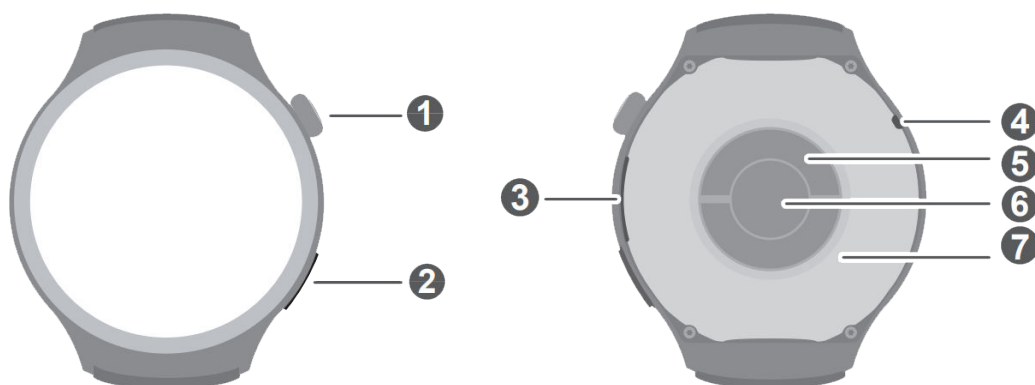
Отслеживание состояния здоровья

Кольца активности	31
Показатели здоровья	32
Приложение Будь в форме	32
ЭКГ	34
Измерение уровня кислорода в крови (SpO2)	35
Измерение пульса	36
Измерение температуры кожи	39
Чрезвычайная ситуация	40

	Содержание
Мониторинг сна	41
Календарь цикла	42
Тренировка	
Запуск индивидуальной тренировки	44
Обратный маршрут	45
Автоопределение статуса тренировки	45
Дополнительная информация	
Управление приложениями	46
Зарядка	46
Управление циферблатами	48
Настройка циферблатов с помощью функции OneHor	49
Настройка циферблатов с изображением из Галереи и видеоциферблатов	49
Настройка времени и языка	50
Настройка PIN-кода	50
Звуки и вибрация	51
Обновление	52
Уровень водонепроницаемости и пыленепроницаемости носимых устройств и сценарии их использования	52
Просмотр информации об устройстве	56

Начало работы

Внешний вид



❶	Верхняя кнопка
❷	Нижняя кнопка
❸	Динамик
❹	Микрофон
❺	Электрод
❻	Пульсометр
❼	Область зарядки

Функции кнопок и управление жестами касания

Устройство оснащено цветным сенсорным экраном с поддержкой управления жестами касания, например поддерживаются проведение вверх, вниз, влево и вправо, нажатие, нажатие и удержание.

Верхняя кнопка

Действие	Функция
Поворот	- В режиме Сетка: увеличение и уменьшение масштаба значков и названий приложений на экране списка приложений. - В режиме Список: перемещение вверх и вниз по экрану списка приложений или по экрану сведений. - В приложении: проведение вверх или вниз по экрану. i Чтобы войти в режим Сетка или Список, перейдите в Настройки > Циферблат и рабочий экран > Рабочий экран.

Действие	Функция
Нажатие	• Когда экран выключен: включение экрана. • Когда отображается рабочий экран: переход к списку приложений. • Когда отображается другой экран: возврат на рабочий экран. • Выключение звука сигнала входящего Bluetooth-вызова.
Двойное нажатие	Когда экран включен: переход к экрану недавних задач для просмотра списка всех запущенных приложений.
Многократное нажатие	Нажмите пять раз подряд, чтобы включить функцию SOS.
Нажатие и удержание	• Включение часов. • Переход на экран перезагрузки или выключения. • Принудительная перезагрузка часов при удержании кнопки в течение минимум 12 секунд.

Нижняя кнопка

Действие	Функция
Нажатие	Отображение приложения Тренировки, приложения Показатели здоровья и приложения Телефон по умолчанию. Вы также можете настроить действия, выполняемые при нажатии на нижнюю кнопку. Для этого выполните следующие действия: 1 Нажмите на верхнюю кнопку, чтобы открыть список приложений, и перейдите в Настройки > Нижняя кнопка. 2 Выберите приложения, которые будут открываться при нажатии этой кнопки. Для этого нажмите на значок настроек и добавьте или удалите требуемые приложения. 3 После завершения настройки функции кнопки вернитесь на рабочий экран и нажмите на нижнюю кнопку, чтобы открыть список настроенных приложений и выбрать нужное.  • Данная функция доступна только при работе часов в стандартном режиме. • Можно настроить доступ максимум к трем приложениям нажатием нижней кнопки.
Двойное нажатие	Открытие приложения Кошелек.

Управление жестами касания

Действие	Функция
Касание	Выбор и подтверждение выбора.
Нажатие и удержание	Рабочий экран: смена циферблата. Карточка функции: доступ к экрану управления карточками.
Проведение вверх	Рабочий экран: отображение уведомлений.
Проведение вниз	Рабочий экран: отображение меню значков быстрого доступа и строки состояния. - Вы можете включить или выключить режим Не беспокоить и Сон в меню быстрого доступа. - Вы можете посмотреть оставшийся уровень заряда батареи и статус Bluetooth-подключения в строке состояния.
Проведение влево	Рабочий экран: доступ к персональным карточкам функций.
Проведение вправо	Рабочий экран: переход к экрану HUAWEI Assistant·TODAY. Экран любого приложения: возврат к предыдущему экрану.

Выключение экрана

- Опустите или поверните запястье наружу либо ладонью закройте экран циферблата часов.
- Часы автоматически перейдут в спящий режим, если вы не выполняете никаких действий в течение определенного периода времени.

Активация экрана

- Нажмите на верхнюю кнопку один раз, чтобы активировать экран.
- Поднимите запястье, чтобы активировать экран.
Чтобы использовать функцию Активация поднятием, перейдите на часах к экрану списка приложений, выберите **Настройки > Специальные возможности > Жесты** и убедитесь, что функция **Активация поднятием** включена. Чтобы выключить эту функцию, перейдите в то же меню и выключите ее.

Сопряжение с телефоном на базе EMUI или Android

- 1 Установите приложение **Huawei Health (Здоровье)** ().
Если вы уже установили приложение **Huawei Health (Здоровье)**, перейдите в раздел **Я > Проверка обновлений** и обновите его до последней версии.

- 2 Откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)** и перейдите в меню **Я > Войти в аккаунт HUAWEI**. Если у вас нет аккаунта HUAWEI, зарегистрируйте его, а затем выполните вход в него.
 - 3 Включите носимое устройство, выберите язык и начните сопряжение.
 - 4 Поместите носимое устройство рядом с телефоном. Откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)**, нажмите на значок  в правом верхнем углу экрана и нажмите **Добавить устройство**. Выберите носимое устройство, с которым хотите выполнить сопряжение, и нажмите **ПРИВЯЗАТЬ**.
Вы также можете нажать **Сканировать**, чтобы выполнить сопряжение, отсканировав QR-код, отображаемый на экране носимого устройства.
 - 5 Когда появится всплывающее окно приложения **Huawei Health (Здоровье)** с запросом на сопряжение по Bluetooth, нажмите **Разрешить**.
 - 6 После появления на экране носимого устройства запроса на сопряжение нажмите **✓** и следуйте инструкциям на экране телефона, чтобы выполнить сопряжение.
-  После завершения сопряжения при использовании телефона сторонних производителей (не HUAWEI) откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)**, перейдите на экран сведений об устройстве, выберите раздел **Устранение неисправностей** и отрегулируйте настройки системы. Это действие поможет предотвратить закрытие приложения **Huawei Health (Здоровье)** в фоновом режиме.

Сопряжение с iPhone

- 1 Установите приложение **HUAWEI Health (Здоровье)** ().
Если на вашем телефоне установлено данное приложение, обновите его до последней версии.
Если вы еще не установили данное приложение, перейдите в **App Store**, выполните поиск по запросу «**HUAWEI Health**», загрузите и установите приложение.
- 2 Откройте приложение **HUAWEI Health (Здоровье)** и перейдите в меню **Я > Войти в аккаунт HUAWEI**. Если у вас нет аккаунта HUAWEI, зарегистрируйте его, а затем выполните вход в него.
- 3 Включите носимое устройство, выберите язык и начните сопряжение.
 - a Поместите носимое устройство рядом с телефоном. Откройте приложение **HUAWEI Health (Здоровье)** на телефоне, нажмите  в правом верхнем углу экрана и нажмите **Добавить устройство**. Выберите носимое устройство, с которым хотите выполнить сопряжение, и нажмите **ПРИВЯЗАТЬ**.
Вы также можете нажать **Сканировать**, чтобы отсканировать QR-код, отображаемый на носимом устройстве, и инициировать сопряжение.
 - b Когда на носимом устройстве отобразится запрос на сопряжение, нажмите **✓**. Когда появится всплывающее окно приложения **HUAWEI Health (Здоровье)** с запросом на сопряжение по Bluetooth, нажмите **Сопрячь**. Появится другое сообщение с просьбой предоставить право отображения уведомлений телефона на носимом устройстве. Нажмите **Разрешить**.

- С** Подождите несколько секунд, пока на экране приложения **HUAWEI Health (Здоровье)** не появится уведомление о том, что сопряжение выполнено. Нажмите **Готово**, чтобы выполнить сопряжение.

Использование службы отдельного номера на часах

Активация службы одного номера

Служба одного номера позволяет добавлять часы в качестве дополнительного устройства телефона и позволяет часам использовать ваш номер телефона (основной номер) и тарифный план голосовых вызовов и мобильной передачи данных.

Активация службы отдельного номера

Часы используют отдельный номер, который можно подключить к мобильной сети. Часы используют отдельный тарифный пакет, позволяющий отправлять SMS-сообщения, совершать звонки и использовать мобильный трафик. Вы можете совершать звонки, отправлять и получать SMS-сообщения на часах.

Более подробную информацию о том, как активировать службу eSIM на часах, см. в разделе «Операторы и регионы, которые поддерживают службу eSIM».

Удобные функции часов

Отправка и получение SMS-сообщений

Вы можете отправлять и получать SMS-сообщения на часах с помощью услуг eSIM-карты (службы отдельного номера). Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, перейдите в раздел **Сообщения**, нажмите **+**, выберите получателя, напишите сообщение и нажмите **Отправить**. Более подробную информацию см. в разделе «Отправка и получение SMS-сообщений».

HUAWEI Assistant•TODAY

Проведите вправо по рабочему экрану часов, чтобы перейти на экран HUAWEI Assistant•TODAY. Экран HUAWEI Assistant•TODAY позволяет быстро просматривать прогноз погоды и другую информацию. Более подробную информацию см. в разделе «HUAWEI Assistant•TODAY».

Поиск телефона с помощью часов

При подключении часов к телефону по Bluetooth войдите на экран меню быстрого доступа и выберите функцию **Поиск телефона** (). Телефон воспроизведет звуковой сигнал, сообщая о своем местонахождении. Более подробную информацию см. в разделе «Поиск телефона с помощью часов».

Получение данных о состоянии здоровья на часах

Кольца активности

Кольца активности отслеживают вашу ежедневную физическую активность и помогают убедиться, что вы на верном пути к достижению цели. Они отображают три типа данных: Движения, Тренировки и Вставания. Достижение целей по всем трем кольцам поможет вам вести более здоровый образ жизни. Более подробную информацию см. в разделе «Кольца активности».



Показатели здоровья

Приложение Показатели здоровья позволяет отслеживать несколько важных показателей одновременно, включая частоту пульса, ЭКГ, уровень SpO2 и уровень стресса. Более подробную информацию см. в разделе «Показатели здоровья».

Мониторинг сна

Убедитесь, что часы надеты правильно. Часы автоматически запишут продолжительность вашего сна и определят, находитесь ли вы в фазе глубокого сна, легкого сна или бодрствуете. Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть

список приложений. Выберите раздел **Сон** (🌙), чтобы посмотреть последние записи данных ночного и дневного сна. Более подробную информацию см. в разделе «Мониторинг сна».

Измерение уровня кислорода в крови (SpO2)

Уровень кислорода в крови (SpO2) — это процентное соотношение насыщенного кислородом гемоглобина (HbO2) относительно общего гемоглобина в крови (Hb). Уровень SpO2 — важный показатель, влияющий на работу организма. При необходимости вы можете измерять уровень SpO2 с помощью часов. Более подробную информацию см. в разделе «Измерение уровня кислорода в крови (SpO2) на часах».

Основные настройки на часах

Смена циферблата

В магазине циферблатов представлена большая коллекция различных циферблатов. Чтобы изменить циферблат, коснитесь рабочего экрана и не отпускайте палец, пока изображение на рабочем экране не уменьшится и не отобразятся доступные циферблаты, проведите влево или вправо, чтобы выбрать понравившийся циферблат, а затем проведите вверх по экрану и нажмите **Удалить**, чтобы удалить старый циферблат.

Настройка виджетов служб

Вы можете настроить виджеты служб. Проведите влево по рабочему экрану часов, чтобы войти на экран виджетов. Нажмите и удерживайте виджет, нажмите на значок настроек в нижней части виджета и нажмите на другой виджет, чтобы заменить первый виджет.

Настройка функции нижней кнопки

Вы можете настроить функцию нижней кнопки для доступа к наиболее часто используемому приложению. Нажмите на верхнюю кнопку, чтобы открыть список приложений, и перейдите в **Настройки > Нижняя кнопка**, выберите приложение и настройте функцию нижней кнопки для доступа к этому приложению. После завершения настройки функции кнопки вернитесь на рабочий экран и нажмите на нижнюю кнопку, чтобы открыть настроенное приложение.

Переход к фоновому приложению

На рабочем экране часов вы можете проверить статус устройства, например включен ли режим Не Беспокоить или режим Сон, а также перейти к приложениям, работающим в фоновом режиме. Переход к списку приложений, работающих в фоновом режиме, позволяет вернуться к текущему процессу, будь то вызов, тренировка, секундомер, таймер, коснувшись значка в верхней части циферблата часов. Для включения или выключения данной функции и отображения статуса устройства на циферблате часов перейдите в **Настройки > Циферблат и рабочий экран > Показ статусов задач** и включите или выключите переключатель справа от опций **Задачи в процессе** и **Статус устройства**.

Режим Ультра

Вы можете переключаться между стандартным режимом и режимом Ультра на часах. Чтобы включить режим Ультра, на часах перейдите в **Настройки > Батарея**, проведите вверх по экрану и включите переключатель справа от опции **Режим Ультра**. Чтобы выключить этот режим, проведите вниз по рабочему экрану часов и нажмите

Обычный режим. Перейдите в **Настройки > Батарея**, чтобы посмотреть статистику энергопотребления приложений на часах и включить режим Ультра при необходимости.

Включение мониторинга показателей здоровья

Для более эффективного мониторинга показателей здоровья откройте приложение **Huawei Health** на телефоне, войдите на экран сведений устройства, нажмите на карточку **Мониторинг показателей здоровья** и включите или выключите переключатели для функций **HUAWEI TruSleep™**, **Вставания** и **Постоянный мониторинг пульса**.

Настройка мелодии вызова

Вы можете настроить мелодию вызова, громкость мелодии вызова и интенсивность вибрации на часах. Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, а затем перейдите в **Настройки > Звуки и вибрация** и настройте соответствующие параметры.

Подключение часов к Интернету

Часы могут получить доступ в Интернет с помощью подключения к сети Wi-Fi, с помощью подключения к телефону или с помощью мобильной сети eSIM-карты, если служба eSIM включена. Часы переключаются между этими способами доступа к Интернету в следующем порядке, чтобы использовать сеть с наилучшим сигналом.

- 1 Если часы подключены к телефону по Bluetooth, часы будут использовать сеть телефона для экономии энергии.
 Если вы используете телефон iPhone, часы не смогут использовать сеть данного устройства по Bluetooth.
- 2 Если происходит разрыв Bluetooth-соединения или Bluetooth отключается, часы подключатся к сети Wi-Fi.
- 3 Если Bluetooth-соединение между часами и телефоном отключается и сеть Wi-Fi недоступна, часы будут использовать мобильную сеть eSIM-карты.

Подключение к Интернету с помощью Bluetooth

Если часы подключены к телефону при помощи приложения **Huawei Health (Здоровье)** и приложение работает в фоновом режиме, по умолчанию часы будут использовать сеть телефона.

-  В настоящее время данная функция не поддерживается при подключении устройства к телефонам iPhone.

Подключение к Интернету с помощью сети Wi-Fi

Если на часах есть доступ в Интернет по сети Wi-Fi, вы можете совершать звонки MeeTime на часах, когда у вас нет под рукой телефона.

- 1 Нажмите верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, перейдите в **Настройки > Wi-Fi** и включите переключатель Wi-Fi. Часы автоматически выполнят поиск доступных для подключения сетей Wi-Fi.
- 2 Нажмите сеть Wi-Fi, к которой хотите подключиться, введите пароль и нажмите **Подключить**.

 Часы поддерживают только сети Wi-Fi с частотой 2,4 ГГц.

Подключение к Интернету с помощью eSIM-карты

 Чтобы подключиться к Интернету с помощью eSIM-карты, необходимо сначала включить службу eSIM.

Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, а затем перейдите в раздел **Настройки > Моб. сеть > Мобильный трафик**, включите переключатель для опции **Мобильный трафик**.

Игнорирование подключенной сети Wi-Fi

- 1 Нажмите верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, затем перейдите в **Настройки > Wi-Fi**.
- 2 Выберите подключенную сеть Wi-Fi и нажмите **Удалить**.

Режим полета

Во время авиаперелета вы можете включить **Режим полета**, если таковы требования авиакомпании. После включения функции **Режим полета** часы автоматически выключат Bluetooth, Wi-Fi и мобильную сеть.

Вы можете включить или выключить **Режим полета** одним из предложенных способов.

- Проведите вниз от верхней части рабочего экрана, чтобы открыть меню значков быстрого доступа, и нажмите на значок режима полета, чтобы включить или выключить этот режим.
- Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, а затем перейдите в раздел **Настройки > Моб. сеть**, чтобы включить или выключить **Режим полета**.

Использование службы отдельного номера

Операторы и регионы, которые поддерживают службу eSIM/VoLTE

Часы поддерживают службу eSIM (служба одного номера и служба отдельного номера).

❌ Для обеспечения высокого качества вызова при отсутствии сети 3G рекомендуется обратиться к оператору для включения функции VoLTE.

- **Служба одного номера:** эта служба позволяет добавлять часы в качестве дополнительного устройства телефона и позволяет часам использовать ваш номер телефона (основной номер) и тарифный план голосовых вызовов и мобильной передачи данных. После этого вы сможете совершать звонки и просматривать веб-сайты с помощью часов.
- **Служба отдельного номера:** часы используют отдельный номер, который можно подключить к мобильной сети. Часы используют отдельный тарифный пакет, позволяющий отправлять SMS-сообщения, совершать звонки и использовать мобильный трафик.

Поддерживаемые устройства

Служба одного номера	Служба отдельного номера
Часы серий HUAWEI WATCH 3 и HUAWEI WATCH 4	Часы серий HUAWEI WATCH 4 и HUAWEI WATCH 3 (данная служба доступна только в Италии)

Операторы, которые поддерживают службу eSIM

Поддержка службы eSIM зависит от вашей страны или региона и оператора.

-  Тип службы eSIM зависит от конкретного оператора.
 - Для получения более подробной информации о том, как активировать службу eSIM, посетите официальный веб-сайт Huawei, выберите продукт и выберите **Поддержка продукта**.
 - Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*: обновите часы до последней версии. У некоторых операторов может быть несколько идентификаторов сети (PLMN). Обратитесь к продавцу устройства или вашему оператору, чтобы узнать, поддерживается ли функция VoLTE.

операторы, которые поддерживают службу eSIM

Страна или регион	Поддерживаемый оператор	eSIM-карта	На часах поддерживается или не поддерживается функция VoLTE
Эстония	elisa	Поддерживается	Поддерживается
	Tele2	Поддерживается	Не поддерживается
	Telia	Поддерживается	Поддерживается
Австрия	3 AT	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	bob	Поддерживается	Поддерживается
	T-Mobile A	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	telering	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	Ge org!	Поддерживается	Не поддерживается
	ventocom	Поддерживается	Не поддерживается
	yesss!	Поддерживается	Поддерживается
	A1	Поддерживается	Поддерживается
	Mass	Поддерживается	Поддерживается
Болгария	A1 BG	Поддерживается	Поддерживается
	VIVACOM	Поддерживается	Поддерживается
	Telenor BG	Поддерживается	Поддерживается
Хорватия	VIPNET	Поддерживается	Поддерживается
	bonbon	Поддерживается	Поддерживается

Страна или регион	Поддерживаемый оператор	eSIM-карта	На часах поддерживается или не поддерживается функция VoLTE
	HT HR	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
Чехия	O2	Поддерживается	Поддерживается
	T-Mobile CZ	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	Vodafone CZ	Поддерживается	Поддерживается
Финляндия	elisa	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	Telia FI	Поддерживается	Поддерживается
	DNA	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
Латвия	Tele2	Поддерживается	Не поддерживается
	Bite	Поддерживается	Не поддерживается
	LMT	Поддерживается	Поддерживается
Венгрия	Telekom HU	Поддерживается	Поддерживается
	Telenor HU	Поддерживается	Поддерживается
	vodafone HU	Поддерживается	Поддерживается
Греция	GR COSMOTE	Поддерживается	Поддерживается
ЮАР	MTN SA	Поддерживается	Поддерживается

Страна или регион	Поддерживаемый оператор	eSIM-карта	На часах поддерживается или не поддерживается функция VoLTE
	Vodacom SA	Поддерживается	Поддерживается
Малайзия	MY MAXIS	Поддерживается	Поддерживается
	MY CELCOM	Поддерживается	Поддерживается
	Digi	Поддерживается	Поддерживается
	U Mobile	Поддерживается	Поддерживается
Филиппины	GLOBE	Поддерживается	Поддерживается
Россия	Beeline	Поддерживается	Поддерживается
	MegaFon	Поддерживается	Поддерживается
	MTS-RUS	Поддерживается	Поддерживается
Беларусь	life:) BY	Поддерживается	Не поддерживается
	velcom	Поддерживается	Поддерживается
	MTS.BY	Поддерживается	Поддерживается
Португалия	NOS	Поддерживается	Поддерживается
	MEO	Поддерживается	Поддерживается
Оман	Oman Mobile	Поддерживается	Поддерживается
	Ooredoo	Поддерживается	Поддерживается
Франция	Orange F	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	F SFR	Поддерживается	Поддерживается
	Free	Поддерживается	Поддерживается
	Bouygues Telecom	Поддерживается	Поддерживается
Великобритания	EE	Поддерживается	Не поддерживается
	O2	Поддерживается	Не поддерживается
	vodafone UK	Поддерживается	Не поддерживается
Германия	1&1	Поддерживается	Поддерживается

Страна или регион	Поддерживаемый оператор	eSIM-карта	На часах поддерживается или не поддерживается функция VoLTE
	congstar GmbH	Поддерживается	Поддерживается
	Telekom.de	Поддерживается	Поддерживается
	O2	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	Vodafone.de	Поддерживается	Поддерживается
Италия	Wind3	Поддерживается	Не поддерживается
	vodafone IT	Поддерживается	Поддерживается
	TIM	Поддерживается	Поддерживается
	Very Mobile	Поддерживается	Не поддерживается
Испания	vodafone ES	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	Movistar	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	Orange	Поддерживается	Поддерживается
Литва	Bite	Поддерживается	Поддерживается
	Tele2 LT	Поддерживается	Не поддерживается
Словакия	O2	Поддерживается	Поддерживается
	Telekom SK	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*

Страна или регион	Поддерживаемый оператор	eSIM-карта	На часах поддерживается или не поддерживается функция VoLTE
	Orange	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
Словения	A1 SI	Поддерживается	Поддерживается
	Mobitel	Поддерживается	Поддерживается
	Telemach	Поддерживается	Поддерживается
	T-2	Поддерживается	Не поддерживается
Сербия	A1	Поддерживается	Не поддерживается
	MTS	Поддерживается	Не поддерживается
	Yettel	Поддерживается	Не поддерживается
	Globatel	Поддерживается	Не поддерживается
Швеция	Telia	Поддерживается	Поддерживается
	Telia SE	Поддерживается	Не поддерживается
	Telenor SE	Поддерживается	Не поддерживается
Норвегия	Telenor	Поддерживается	Поддерживается
	Telia	Поддерживается	Поддерживается
	One Call	Поддерживается	Поддерживается
Турция	Turk Telekom	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	TURKCELL	Поддерживается	Поддерживается
	VODAFONE TR	Поддерживается	Поддерживается

Страна или регион	Поддерживаемый оператор	eSIM-карта	На часах поддерживается или не поддерживается функция VoLTE
Польша	T-Mobile.pl	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	Plus	Поддерживается	Поддерживается
	Orange	Поддерживается	Поддерживается
Румыния	Vodafone RO	Поддерживается	Поддерживается
	rain	Поддерживается	Поддерживается
	ORANGE	Поддерживается	Поддерживается
Саудовская Аравия	Zain KSA	Поддерживается	Поддерживается
	Mobily	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	STC KSA	Поддерживается	Поддерживается
	Virgin Mobile	Поддерживается	Не поддерживается
	RedBull	Поддерживается	Не поддерживается
	Salam	Поддерживается	Не поддерживается
	Lebara	Поддерживается	Не поддерживается
Кувейт	VIVA KW	Поддерживается	Поддерживается
	ooredoo	Поддерживается	Поддерживается
Бахрейн	Batelco	Поддерживается	Поддерживается
	STC	Поддерживается	Поддерживается
	Zain BH	Поддерживается	Поддерживается
Вьетнам	Mobifone	Поддерживается	Не поддерживается
	VIETTEL	Поддерживается	Поддерживается
	Vinaphone	Поддерживается	Не поддерживается

Страна или регион	Поддерживаемый оператор	eSIM-карта	На часах поддерживается или не поддерживается функция VoLTE
ОАЭ	du	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	etisalat	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	VIRGIN	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
Макао (Китай)	CTM	Поддерживается	Поддерживается
Гонконг (Китай)	3 HK	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	SmarTone HK	Поддерживается	Поддерживается
	CSL	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*
	CMHK	Поддерживается	Поддерживается только на некоторых идентификаторах сети оператора (PLMN)*

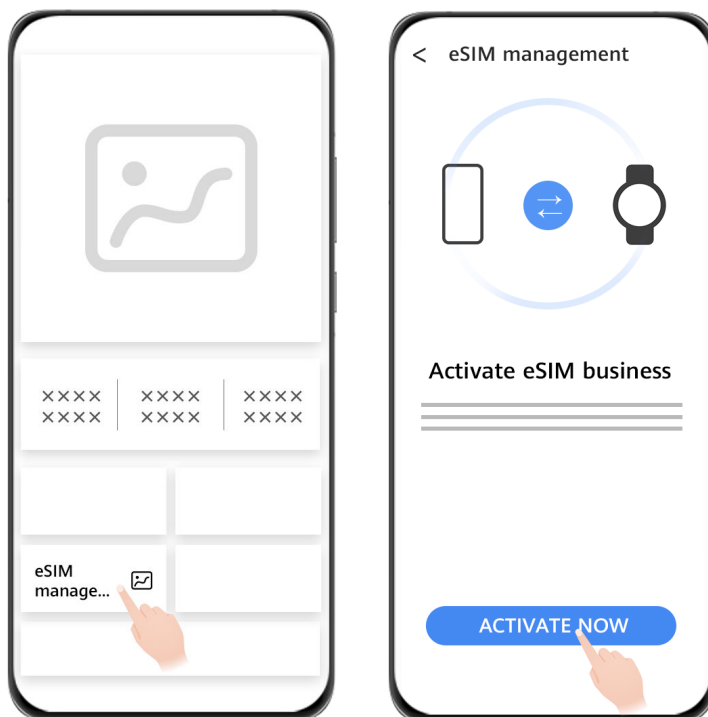
Активация eSIM-карты

Требования

- Для подключения услуг eSIM-карты (службы одного номера) ваша SIM-карта должна быть выбрана в качестве основной (карты по умолчанию).
- Ваш телефон должен быть подключен к часам по Bluetooth, а также иметь доступ в Интернет.
- Уровень заряда батареи часов должен быть выше 20%.
- Если вы используете телефон iPhone, сначала подключите часы к сети Wi-Fi.

Активация

- 1 Подключите часы к телефону при помощи приложения **Huawei Health**.
- 2 Войдите на экран сведений устройства и выберите раздел **Управление eSIM-картами** > **Один номер, два устройства** > **Активировать** или **Управление eSIM-картами** > **Отдельный номер** > **Активировать**, выберите SIM-карту или оператора и нажмите **Продолжить**.



- 3 Следуйте инструкциям на экране, чтобы активировать услуги с помощью сканирования QR-кода вашего оператора. При необходимости введите код, предоставленный оператором.
 - 4 Услуги eSIM-карты будут автоматически активированы после загрузки и настройки данных вашего аккаунта.
- i** Не выполняйте на часах никаких действий, пока не завершится активация.

Совершение вызовов на часах

Часы поддерживают функцию Bluetooth-вызовов и вызовов с помощью eSIM-карты.

Когда часы подключены к телефону с помощью Bluetooth, вы можете использовать часы для совершения вызовов или ответа на них с помощью номера телефона.

Если Bluetooth-соединение отключается и служба eSIM активирована на часах, вы можете совершать вызовы или отвечать на них с помощью номера eSIM-карты, которая активирована на часах.

- Поддержка переадресации вызовов с помощью eSIM-карты (службы одного номера) зависит от вашего региона. Свяжитесь со службой поддержки своего мобильного оператора, чтобы получить дополнительную информацию.

Ответ на вызов и завершение вызова на часах

- Чтобы использовать службу eSIM на часах, вам необходимо надеть их и выключить функцию **Автовыключение сети**. Для этого перейдите в **Настройки > Батарея**, проведите вверх по экрану и перейдите в раздел **Энергосбережение > Автовыключение сети**.
- При использовании службы eSIM на часах функция черного списка не поддерживается.

Ответ на вызов: при поступлении входящего вызова на часах отображается

информация о вызывающем абоненте. Нажмите на значок , чтобы ответить на вызов.

Завершение вызова: нажмите на значок , чтобы завершить вызов.

Если вы не находитесь на экране вызова, нажмите на значок телефона в верхней части рабочего экрана, чтобы вернуться на экран вызова.

Совершение вызова на часах

- При включении службы отдельного номера и при подключении часов к мобильной сети eSIM-карты вы можете использовать eSIM-карту или SIM-карту телефона для совершения вызова, если часы подключены к телефону по Bluetooth. Если часы не подключены к мобильной сети eSIM-карты, используйте SIM-карту телефона для совершения вызова. Если часы не подключены к телефону, используйте eSIM-карту для совершения вызова.
- MeeTime поддерживается только в определенных странах и регионах. Для получения дополнительной информации обращайтесь в официальную службу поддержки клиентов.

Выполните вызов, следуя одному из приведенных ниже способов:

- Использование голосового помощника: нажмите и удерживайте нижнюю кнопку на часах, чтобы активировать голосового помощника, и произнесите:
 - «Позвони Ивану».
 - «Набери номер 950800».
- Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, откройте приложение **Контакты** и выберите контакт, вызов на номер которого вы хотите совершить.
 - Вызов по MeeTime: нажмите на подключенное устройство контакта, которому вы хотите позвонить, чтобы совершить голосовой HD-вызов по сети Интернет.
 -  Чтобы совершить вызов по MeeTime, убедитесь, что функция MeeTime включена на вашем устройстве и на устройстве вашего собеседника. MeeTime поддерживается только телефонами Huawei с EMUI 11.0 и выше.
 - Обычный вызов: нажмите на значок приложения **Телефон**, чтобы совершить вызов.
- Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, а затем выберите приложение **Телефон**. Вы можете совершить вызов, следуя одному из приведенных ниже способов:
 - Откройте раздел **Списки вызовов** и нажмите на запись о вызове, чтобы перезвонить абоненту.
 - Нажмите на опцию **Клавиатура**, введите номер, на который хотите позвонить, и нажмите на значок вызова, чтобы совершить вызов.
 - Откройте **MeeTime** (если вы впервые используете эту функцию, следуйте инструкциям на экране, чтобы активировать ее), выберите контакт, на номер которого вы хотите позвонить, и нажмите на подключенное устройство контакта, чтобы совершить голосовой HD-вызов в сети Интернет.
 - Откройте **Контакты**, а затем выберите контакт, чтобы совершить вызов.

Настройка параметров во время вызова

Вы можете настроить параметры во время вызова:

- Настраивайте громкость вызова, вращая верхнюю кнопку. Отключайте звук вызова, нажимая на значок выключения звука.
- Введите номер телефона, нажав на значок **Еще**, а затем на значок клавиатуры.

Переключение вызовов между телефоном и часами

Когда часы подключены к вашему телефону по Bluetooth, во время вызова вы можете переключиться между двумя устройствами на вашем телефоне.

На экране вызова вашего телефона нажмите на кнопку Bluetooth в правом нижнем углу и переключите аудио на ваш телефон, часы или наушники.

Просмотр списка вызовов

Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, затем перейдите в приложение **Телефон** > **Списки вызовов** для просмотра списка вызовов (включая входящие, исходящие и пропущенные вызовы).

Удаление списка вызовов

Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, перейдите в приложение **Телефон** > **Списки вызовов**, проведите влево по экрану, а затем нажмите на значок Удалить, чтобы удалить запись списка вызовов.

Вы не можете удалить несколько записей списка вызовов одновременно.

Синхронизация контактов с часами

Когда часы подключены к вашему телефону по Bluetooth, контакты с вашего телефона автоматически синхронизируются с часами.

Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, выберите приложение **Контакты**, чтобы посмотреть список контактов.

Использование часов для переадресации вызовов по MeeTime на устройство HUAWEI Vision

Убедитесь, что часы, телефон и устройство HUAWEI Vision подключены к одной и той же сети Wi-Fi и на всех устройствах выполнен вход в один аккаунт HUAWEI. Отключите часы от телефона.

Когда на телефон поступает видеовызов по MeeTime с другого телефона, на часы одновременно поступает уведомление о видеовызове по MeeTime. Нажмите на значок



, чтобы переадресовать видеовызов по MeeTime на устройство HUAWEI Vision.

Изменение номера eSIM-карты или замена часов

Чтобы изменить номер eSIM-карты на часах или заменить часы, вам необходимо сначала деактивировать активированную службу eSIM, а затем сбросить настройки eSIM и повторно активировать эту службу.

- 1** Отмените регистрацию номера eSIM-карты.. В противном случае оператор связи продолжит взимать оплату.
 - 2** Используйте новый номер телефона или новые часы, чтобы активировать службу eSIM.
- i** В результате сброса настроек вся информация службы eSIM будет удалена с часов, но регистрация службы eSIM отменена не будет. Если регистрация службы eSIM не отменена, оператор связи продолжит взимать оплату.

Отправка и получение SMS-сообщений

Вы можете отправлять и получать SMS-сообщения на часах с помощью услуг eSIM-карты (службы отдельного номера).

- Если служба отдельного номера не включена, вы не сможете отправлять или получать SMS-сообщения с помощью часов.
- Перед использованием данной функции обновите систему часов до последней версии.
- Служба отдельного номера не поддерживает MMS-сообщения.

Просмотр SMS-сообщений

Когда на часы с включенной службой отдельного номера приходит SMS-сообщение, нажмите на верхнюю кнопку, чтобы открыть список приложений, и откройте **Сообщения**, чтобы посмотреть количество непрочитанных SMS-сообщений и их содержание.

- Проведите вверх по экрану сведений об SMS-сообщении, чтобы позвонить контакту или посмотреть сведения о контакте.

Отправка SMS-сообщений

Написание SMS-сообщения:

Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, перейдите в раздел **Сообщения**, нажмите +, выберите получателя, напишите сообщение и нажмите **Отправить**.

Ответ на SMS-сообщение:

Нажмите на цепочку SMS-сообщений в списке сообщений или перейдите на экран сведений уведомлений, чтобы ответить одним из перечисленных ниже способов:

- Нажмите на значок  в нижней части экрана, выберите метод ввода, чтобы ввести текст или выбрать смайлы.
- Проведите вверх по экрану и выберите быстрый ответ.

Удаление SMS-сообщений

Удаление одного SMS-сообщения:

Нажмите на цепочку SMS-сообщений в списке сообщений, нажмите и удерживайте одно сообщение, а затем нажмите **Удалить**.

Удаление всех SMS-сообщений от одного контакта:

Найдите цепочку SMS-сообщений, которую вы хотите удалить, проведите влево по экрану и нажмите на значок **Удалить**.

Удаление SMS-сообщений от нескольких контактов или удаление всех SMS-сообщений:

В списке сообщений выберите цепочки SMS-сообщений, которые вы хотите удалить, или выберите все цепочки SMS-сообщений и нажмите **Удалить**.

HUAWEI Assistant·TODAY

Экран HUAWEI Assistant·TODAY предоставляет быстрый и удобный доступ к информации о погоде.

Открытие и закрытие экрана HUAWEI Assistant·TODAY

Проведите вправо по рабочему экрану устройства, чтобы перейти к экрану HUAWEI Assistant·TODAY. Проведите по экрану влево, чтобы закрыть экран HUAWEI Assistant·TODAY.

Аудиоконтроль

Убедитесь, что устройство сопряжено с приложением **Huawei Health** (Здоровье). На часах перейдите на экран HUAWEI Assistant·TODAY, используйте карточку аудиоконтроля для управления воспроизведением музыки как на телефоне, так и на часах. (Управление воспроизведением музыки на часах доступно, только когда музыка воспроизводится на телефоне).

Когда музыка не воспроизводится, карточка Музыка скрыта. Проведите вниз по экрану, чтобы отобразить ее.

Настройка параметров HUAWEI Assistant·TODAY

-  • Карточки Музыка и Погода являются встроенными функциями HUAWEI Assistant·TODAY, их невозможно изменить.
- На экране HUAWEI Assistant·TODAY нажмите на карточку, чтобы перейти к экрану сведений. Нажмите и удерживайте карточку, чтобы изменить ее, и выберите параметр **Закрепить**, **Не сегодня** или **Отписаться**.

Настройка пользовательских карточек

Проведите влево по рабочему экрану устройства, чтобы посмотреть доступные карточки быстрого доступа к функциям. Вы можете настроить карточки, отсортировать или удалить их согласно вашим предпочтениям.

Добавление пользовательских карточек

- 1** Перейдите в **Настройки > Циферблат и рабочий экран > Карточка > Управление картами**.

- 2 Нажмите  и выберите карточки, которые хотите добавить, например карточки **Сон**, **Стресс** и **Пульс**. Доступность конкретных карточек зависит от вашего устройства.
- 3 Проведите влево или вправо по рабочему экрану, чтобы посмотреть добавленные карточки.

Перемещение или удаление карточек

Проведите влево по рабочему экрану устройства, нажмите и удерживайте нужную карточку, затем перетащите ее в новое место. Чтобы удалить карточку, которую можно удалить, проведите вверх по ней и нажмите **Удалить**.

Настройка виджетов служб

-  Перед использованием данной функции обновите систему часов до последней версии.

Вы можете настроить виджеты служб.

Настройка виджетов служб

- 1 Проведите влево по рабочему экрану часов, чтобы войти на экран виджета, нажмите на виджет, чтобы перейти на главный или другой экран виджета.
- 2 Нажмите и удерживайте любой виджет, чтобы перейти к экрану редактирования.
- 3 Нажмите на значок настроек в нижней части виджета и нажмите на другой виджет, чтобы переместить первый виджет.

Добавление или удаление сторонних компонентов

Сторонние компоненты устанавливаются автоматически вместе со сторонними приложениями и циферблатами. Удаление сторонних циферблатов на часах не затронет отображение сторонних компонентов. Чтобы удалить сторонний компонент, откройте приложение **Huawei Health**, войдите на экран сведений устройства, перейдите в раздел **Циферблаты** > **Я** и нажмите на значок Удалить в правом нижнем углу, чтобы удалить циферблат и его компоненты.

Включение и выключение режима Не беспокоить

После включения режима Не беспокоить часы не будут воспроизводить звуковой сигнал или вибрировать при получении входящих вызовов или уведомлений (кроме будильников).

Включение и выключение режима Не беспокоить

Способ 1: проведите вниз по циферблату часов и нажмите на значок **Не беспокоить**, чтобы включить или выключить режим Не беспокоить.

Способ 2: выберите **Настройки** > **Звуки и вибрация** > **Не беспокоить** > **Весь день**, чтобы включить или выключить этот режим.

Расписание работы в режиме Не беспокоить

- ❗ Для использования данной функции обновите ПО носимого устройства и приложение **Huawei Health (Здоровье)** до последней версии.
- Выберите **Настройки > Звуки и вибрация > Не беспокоить > Расписание**, нажмите **Добавить время** и настройте **Начало, Конец** и **Повтор**. Вы можете добавить несколько периодов времени и настроить расписание для перехода в режим Не беспокоить.
- Чтобы выключить расписание работы режима Не беспокоить, перейдите в **Настройки > Звуки и вибрация > Не беспокоить > Расписание**.

Поиск телефона с помощью часов

- 1 Проведите вниз по экрану циферблата, чтобы открыть меню значков быстрого доступа. Убедитесь, что значок  отображается. Это означает, что ваши часы подключены к телефону по Bluetooth.
 - 2 Поищите ваш телефон, прислушиваясь к звуковому сигналу, который он должен издавать (даже если он работает в режиме Вибрация или Без звука). Сигнал будет воспроизводиться, когда телефон и часы будут находиться в радиусе действия Bluetooth.
 - 3 Нажмите на экран носимого устройства, чтобы остановить поиск телефона.
- ❗ • Если на часах включена функция **Автопереключение**, для использования функции Поиск телефона часы должны быть подключены к приложению **Huawei Health (Здоровье)**.
 - Если вы используете iPhone и его экран выключен, возможно, он не сможет отреагировать на функцию Поиск телефона, так как воспроизведение звукового сигнала управляется системой iOS.

Удаленная съемка

При подключении часов к телефону вы можете использовать функцию Удаленная съемка, чтобы удаленно управлять съемкой фото и записью видео на телефоне. Вы также можете осуществить предпросмотр фото и видео на часах.

- ❗ функция Удаленная съемка доступна только на некоторых телефонах Huawei с HarmonyOS 2 или выше или с EMUI версии выше 8.1. Предпросмотр доступен только на некоторых телефонах Huawei с HarmonyOS 2 или выше.

Удаленное управление съемкой фото и записью видео на телефоне

- 1 Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, и выберите функцию **Удаленная съемка**, чтобы включить камеру на телефоне.

2 Выберите опцию **Фото**, **Задержка 2 с**, **Задержка 5 с** или **Видео 30 с** в верхней части экрана камеры на часах.

-  При сопряжении часов с телефоном Huawei с HarmonyOS 2 или выше вы также можете настроить фокус основной камеры, повернув верхнюю кнопку или сведя два пальца на экране.
- При сопряжении часов с телефоном Huawei с HarmonyOS 2 или выше вы также можете переключаться между фронтальной и основной камерами с помощью часов.
- При подключении часов к телефону Huawei с EMUI версии выше 8.1 запись видео не поддерживается.

3 Выполнив предпросмотр фото или видео на часах, нажмите на значок  для съемки фото или на значок  для записи видео.

Просмотр фото

Нажмите на миниатюру в нижнем левом углу экрана, чтобы посмотреть на часах последние снятые фото или все фотографии в Галерее на телефоне.

Управление сообщениями

Если приложение **Huawei Health** подключено к часам и включена функция отображения уведомлений о сообщениях, уведомления, отображаемые в строке состояния телефона, будут синхронизироваться с часами.

Включение уведомлений о сообщениях

- 1** Откройте приложение **Huawei Health**, перейдите на экран сведений устройства, выберите раздел **Уведомления** и включите переключатель для функции **Уведомления**.
 - 2** Перейдите в список приложений и включите переключатель для приложений, от которых вы хотите получать уведомления.
-  Перейдите в раздел **ПРИЛОЖЕНИЯ**, чтобы посмотреть список приложений, от которых вы можете получать уведомления.

Просмотр непрочитанных сообщений

Часы будут вибрировать, чтобы уведомить вас о новых сообщениях, переданных из строки состояния телефона.

Непрочитанные сообщения можно посмотреть на часах. Для просмотра проведите вверх по рабочему экрану, чтобы открыть центр непрочитанных сообщений.

-  Непрочитанные сообщения исчезнут после того, как вы просмотрите их в центре непрочитанных сообщений. Чтобы просмотреть их еще раз, откройте соответствующее приложение на телефоне.

Ответы на сообщения

- Данная функция не поддерживается при подключении часов к iPhone.
- Данная функция поддерживается только при ответе на SMS-сообщение с помощью SIM-карты, на которую пришло сообщение.

При получении SMS-сообщения на часах вы можете нажать на значок  под сообщением, чтобы ответить на него любым из следующих способов:

- Выберите метод ввода, чтобы ввести текст.
- Проведите вверх по экрану и выберите быстрый ответ.
- Нажмите на значок клавиатуры в левом нижнем углу и выберите смайл.

Настройка быстрых ответов

- Если карточка **Быстрые ответы** не отображается, значит, часы не поддерживают эту функцию.
- Данная функция не поддерживается при подключении часов к iPhone.

Вы можете настроить быстрый ответ следующими способами:

- 1 После подключения часов к приложению **Huawei Health** откройте приложение, перейдите на экран сведений об устройстве и нажмите на карточку **Быстрые ответы**.
- 2 Вы можете выбрать опцию **Добавить ответ**, чтобы добавить ответ, нажать на добавленный ответ для редактирования ответа или нажать на значок  рядом с ответом, чтобы удалить его.

Удаление непрочитанных сообщений

- Нажмите  в нижней части списка сообщений, чтобы удалить все непрочитанные сообщения.

Музыка

Часы поддерживают воспроизведение музыки онлайн и офлайн. Наслаждайтесь прослушиванием музыки, даже если вы не взяли с собой телефон или планшет.

- Перед использованием данной функции обновите систему часов до последней версии.
- Для воспроизведения некоторых композиций требуется подписка Premium PLUS (Премиум PLUS) в приложении HUAWEI Музыка.

Воспроизведение музыки онлайн

- 1 Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, а затем выберите приложение **Музыка**.

2 Используйте один из следующих способов для воспроизведения музыки:

- a** Перейдите в раздел **Ежедневные рекомендации**, чтобы воспроизвести композиции по категориям.
 - b** Перейдите в раздел **Плейлисты**, чтобы выбрать композицию из плейлиста. Чтобы использовать эту функцию, необходимо создать плейлист в приложении HUAWEI Музыка на вашем телефоне.
 - c** Перейдите в раздел **Избранное**. Для использования данной функции необходимо добавить композиции в список **Избранное** на ваших часах или добавить понравившиеся композиции в телефон.
 - d** Перейдите в раздел **Композиции**. Для использования данной функции необходимо перейти в приложение **Музыка > Воспроизведение**, нажать на значок  и загрузить музыку или использовать приложение Huawei Health (Здоровье) для добавления композиций.
 - e** Нажмите на опцию **Поиск**, чтобы выполнить поиск композиций по их названиям с помощью голосового помощника.
-  • Вы можете синхронизировать композиции только из разделов **Плейлисты** и **Избранное** в приложении HUAWEI Музыка, в котором выполнен вход в тот же аккаунт HUAWEI, что и на часах.
 - Функция поиска в приложении Музыка на часах поддерживается только для некоторых языков.
 - Когда часы подключены к сети Wi-Fi и заряжаются, они автоматически загружают композиции из разделов **Избранное** (чтобы включить функцию **Избранное**, перейдите в приложение **Музыка > Настройки > Избранное**) и **Плейлисты**.

Добавление композиций на часы

- 1** Откройте приложение Huawei Health (Здоровье) и перейдите на экран сведений об устройстве.
- 2** Перейдите в приложение **Музыка > Управление музыкой > Добавить** и выберите композиции, которые вы хотите добавить.
- 3** В правом верхнем углу экрана нажмите на значок ✓.

- Для использования данной функции обновите ПО часов и приложение Huawei Health (Здоровье) до последней версии.
- Вы не можете передавать музыку на часы с телефона iPhone. Если на ваших часах не были восстановлены заводские настройки, рекомендуется сначала привязать часы к телефону на базе Android для передачи музыки на часы, затем привязать часы к iPhone и использовать тот же аккаунт HUAWEI для управления воспроизведением музыки.
- Вы можете использовать приложение Huawei Health (Здоровье), чтобы добавить незашифрованные музыкальные файлы, загруженные с телефона на часы.

Управление воспроизведением музыки на смартфоне

Когда часы подключены к телефону или планшету, они используются для воспроизведения музыки на телефоне или планшете. Вы можете использовать функцию HUAWEI Assistant-TODAY на часах для воспроизведения или приостановки воспроизведения музыки, воспроизведения предыдущей или следующей композиции и настройки громкости.

Таймер

Часы поддерживают быстрые таймеры с заданной продолжительностью и индивидуальные таймеры, чтобы помочь вам выполнять задачи с заданной продолжительностью.

Настройка быстрого таймера

- 1 Нажмите верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, и выберите **Таймер**.
- 2 Выберите длительность и запустите таймер.
- 3 По прошествии заданного времени часы завибрируют. Чтобы закрыть таймер, нажмите на значок **X**, который появится только по завершении таймера. Либо нажмите на значок в нижнем правом углу, чтобы снова включить последний использованный быстрый таймер.

Настройка таймера

- 1 Нажмите верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, и выберите **Таймер**.
- 2 Проведите вверх по экрану и нажмите **Настроить**.
- 3 Настройте время (часы, минуты и секунды) и нажмите значок , чтобы запустить таймер.

Приостановка, сброс или закрытие таймера

Нажмите значок , чтобы приостановить таймер, нажмите значок , чтобы сбросить таймер, нажмите значок , чтобы закрыть таймер.

Сопряжение с новым телефоном

 Для обеспечения безопасности личных данных на экране может отображаться сообщение о необходимости восстановить заводские настройки носимого устройства перед сопряжением с новым телефоном. Восстановление заводских настроек устройства приведет к удалению всех данных с вашего устройства. Выполняйте данное действие с осторожностью.

Для сопряжения носимого устройства с новым телефоном на носимом устройстве

перейдите в **Настройки** () > **Система и обновления** > **Подключить новый**

телефон (значок ) , нажмите ✓ и следуйте инструкциям на экране, чтобы завершить сопряжение.

Отслеживание состояния здоровья

Кольца активности

 Перед использованием этой функции обновите часы до последней версии.

Функция Кольца активности позволяет отслеживать ежедневную физическую активность по трем показателям (трем кольцам): Движения, Тренировки и Вставания. Достижение целей по всем трем кольцам поможет вам вести более здоровый образ жизни.

Для настройки собственных целей в Кольцах активности:

На телефоне: выберите **Huawei Health (Здоровье)** > **Здоровье**, нажмите на карточку

Кольца активности для доступа к функции **Кольца активности**. Нажмите на значок  в правом верхнем углу экрана, затем нажмите **Изменение целей**.

На часах: перейдите в раздел **Кольца активности**, проведите влево, чтобы посмотреть данные за период **Эта неделя**, проведите вправо, чтобы посмотреть сегодняшнюю статистику, проведите вверх, чтобы найти опцию **Сегодня**, проведите вверх снова, чтобы найти опцию **Изменение целей** или **Напоминания**. В разделе **Напоминания** вы можете выключить напоминания для параметров **Вставания**, **Прогресс** и **Достижение цели**.

1.  **Движения**: показывает количество калорий, которое вы сжигаете во время движения. Например, когда вы бегаєте, катаєтесь на велосипеде, просто занимаетесь домашними делами или выгуливаете собаку.

2.  **Тренировки**: измеряет общую длительность тренировок средней и высокой интенсивности. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует взрослым заниматься физической активностью средней интенсивности не менее 150 минут в неделю или физической активностью высокой интенсивности не менее 75 минут в неделю. Быстрая ходьба, бег трусцой и силовые тренировки средней интенсивности улучшают работу сердца и общую физическую форму.

3.  **Вставания**: измеряет количество часов, в течение которых вы вставали и двигались минимум одну минуту. Так, если вы двигаетесь более одной минуты в течение определенного часа, например в период с 10:00 до 11:00, этот час будет засчитан как час **Вставания**. Сидячий образ жизни может негативно повлиять на ваше здоровье. Согласно ВОЗ, сидячий образ жизни увеличивает риск повышения сахара в крови, развития диабета 2-го типа, ожирения и депрессии.

Это кольцо разработано, чтобы напоминать вам не сидеть слишком долго, так как это может быть вредно для здоровья. Рекомендуется вставать минимум раз в час. Чем больше будет ежедневное значение в кольце **Вставания**, тем лучше.

Показатели здоровья

Приложение Показатели здоровья позволяет одновременно отслеживать такие показатели здоровья, как частота пульса, ЭКГ, уровень SpO2 и уровень стресса, и составлять отчеты о состоянии здоровья.

- 1 Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, выберите раздел **Показатели здоровья** () (предоставьте требуемые разрешения, если вы используете приложение впервые).
 - 2 Нажмите **Измерить** на главном экране приложения Показатели здоровья и следуйте инструкциям на экране, чтобы завершить измерение.
 - 3 Часы завибрируют, когда отчет о состоянии здоровья будет составлен. Проведите вверх по главному экрану приложения Показатели здоровья, чтобы посмотреть историю отчетов.
-  • Перед использованием данной функции обновите систему часов до последней версии.
 - Проведите вверх по главному экрану приложения Показатели здоровья и нажмите **Еще**, чтобы выбрать, на какой руке надето устройство.

Приложение Будь в форме

Приложение Будь в форме предоставляет набор научно обоснованных персонализированных планов тренировок, чтобы вы могли достичь и поддерживать ваш идеальный вес на основании сведений изменения веса, дефицита калорий, записей рациона, данных физических нагрузок и прочего.

-  • Перед использованием этой функции обновите часы до последней версии.
- Данная функция доступна только на часах HUAWEI WATCH 4 Pro Space Edition.

Настройка первоначальной цели

- 1 Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, а затем выберите приложение **Будь в форме**. Если вы используете приложение впервые, на экране авторизации пользователя нажмите **Принимаю**.
- 2 Настройте ваш вес, нажмите **ОК**, по одному задайте параметры **Тип цели**, **Скорость похудения** и **Целевой вес** согласно вашим потребностям, затем нажмите **ОК**. Ваши часы сгенерируют для вас план сброса или поддержания веса.

-  Если вы указали значения текущего и целевого веса в приложении **Huawei Health** (Здоровье) в разделе **Здоровье > Управление весом**, эти данные будут автоматически синхронизированы с вашими часами.

Повторная настройка цели

- 1 Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, а затем выберите приложение **Будь в форме**. Проведите вверх по главному экрану приложения, чтобы перейти к экрану **Цель**.
- 2 Нажмите **Изменить цель**, чтобы настроить параметры **Вес**, **Тип цели**, **Скорость похудения** и **Целевой вес**. Часы сгенерируют для вас новый план сброса или поддержания веса.

Запись данных веса

- 1 Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, а затем выберите приложение **Будь в форме**. Проведите вверх по главному экрану приложения, чтобы перейти к экрану **Цель**.
- 2 Нажмите **Записать вес**, чтобы записать ваш текущий вес.

Запись рациона

- 1 Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, а затем выберите приложение **Будь в форме**. Проведите влево по главному экрану приложения, чтобы перейти к экрану **Потреблено сегодня**.
- 2 Нажмите **Записать на телефоне**. Если телефон включен и его экран разблокирован, вы будете автоматически переадресованы на экран **Записи калорий** приложения **Huawei Health** (Здоровье). Нажмите **Журнал питания**, чтобы записать ваш рацион.

 Переадресация выполняется, только когда ваши часы сопряжены с телефоном HUAWEI. Если вы используете телефон другого бренда, следуя инструкциям на часах, запишите данные вашего рациона в приложении **Huawei Health** (Здоровье) на телефоне.
- 3 Не забывайте записывать каждый прием пищи на экране **Записи калорий** на телефоне. Вы можете посмотреть сведения вашего рациона на телефоне на экране **Записи калорий** или на часах на экране **Потреблено сегодня**.

Тренировки

- 1 Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, а затем выберите приложение **Будь в форме**. Проведите влево дважды по главному экрану приложения, чтобы перейти на экран **Сегодня сожжено калорий**, посмотреть сведения калорий (**Сожжено (ккал)**, **Расход в покое** и **Расход при нагрузке**) за текущий день.
- 2 Нажмите **Тренировка**, чтобы перейти в приложение **Тренировки** на часах. Выберите опцию для начала тренировки. Нажмите **Видеокурс**. Если телефон включен и его экран разблокирован, вы будете автоматически переадресованы на экран **Все фитнес-курсы** приложения **Huawei Health** (Здоровье). Нажмите на фитнес-курс, чтобы начать тренировку.

-  Переадресация выполняется, только когда ваши часы сопряжены с телефоном HUAWEI.

Другие настройки

- 1 Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, а затем выберите приложение **Будь в форме**. Проведите вверх по главному экрану приложения и нажмите **Другие настройки**.

ЭКГ

Электрокардиограмма (ЭКГ) — это график электрической активности сердца. ЭКГ дает представление о сердечном ритме и помогает на ранней стадии выявить нерегулярность пульса и потенциальные риски для здоровья.

-  В настоящий момент эта функция поддерживается только в некоторых странах и регионах.

Общая информация

- Данная функция не должна использоваться лицами моложе 18 лет.
- Лицам с кардиостимуляторами или другими имплантированными устройствами не рекомендуется использовать данную функцию.
- Нахождение в среде с сильными электромагнитными помехами может негативно сказаться на качестве сигналов ЭКГ. Не используйте данную функцию, когда вы находитесь в среде с сильными электромагнитными помехами.
- При снятии ЭКГ невозможно обнаружить тромбы, признаки инсульта, сердечной недостаточности, а также другие виды аритмии.
- При снятии ЭКГ невозможно обнаружить признаки сердечных приступов и связанных с ними осложнений. Своевременно обратитесь за медицинской помощью, если вы чувствуете боль, спазм, давление в груди или другие симптомы.

Подготовка к снятию ЭКГ

-  Чтобы использовать эту функцию, загрузите последнюю версию приложения **Huawei Health** из HUAWEI AppGallery и установите его или обновите приложение **Huawei Health** до последней версии.

- 1 Регистрация и вход в аккаунт: при первом использовании приложения **Huawei Health** следуйте инструкциям на экране для регистрации, а затем введите имя и пароль для входа в аккаунт.
- 2 Подключение устройства к приложению: после входа в приложение **Huawei Health** следуйте инструкциям на экране, чтобы выполнить сопряжение устройства с приложением.
- 3 Активация функции снятия ЭКГ в приложении: если вы используете функцию ЭКГ впервые, перейдите в раздел **Здоровье > Пульс > ЭКГ** в приложении **Huawei Health** и, следуя инструкциям на экране, активируйте функцию снятия ЭКГ.

Снятие ЭКГ

- 1 Правильно наденьте устройство на запястье и выберите **ЭКГ** из списка приложений. Если вы используете эту функцию впервые, выберите, на какой руке надето устройство.
- 2 Положите эту руку на стол или на колени и расслабьте руку и пальцы.
- 3 Держите палец свободной руки на электроде (нижней кнопке) часов, чтобы начать снятие ЭКГ.
 -  Не двигайтесь и дышите ровно во время измерения. Не разговаривайте и не убирайте палец с электрода. Убедитесь, что палец плотно соприкасается с электродом (давление не должно быть слишком сильным или слишком слабым).
 - Сухость кожи может негативно повлиять на точность результата. Если вы заметили, что ваш палец сухой, немного смочите его водой, чтобы улучшить проводимость.
- 4 После завершения снятия ЭКГ на экране отобразится результат. Для получения подробной информации откройте приложение **Huawei Health** и перейдите в раздел **Здоровье > Пульс > ЭКГ**.
 -  Получив результат, проконсультируйтесь с врачом. Не интерпретируйте результат и не назначайте лечение самостоятельно.
 - Если отображается значок **синусового ритма**, это может означать, что аритмия или другие проблемы со здоровьем не были обнаружены. Если вы заметили какие-либо изменения в своем самочувствии, незамедлительно проконсультируйтесь с врачом.
 - Если вместо результатов измерений отображается значок --, возможно, вы убрали палец с электрода во время снятия ЭКГ, ваша кожа слишком сухая или частота пульса превышает 110 ударов в минуту или составляет менее 50 ударов в минуту. В таких случаях рекомендуется повторно выполнить снятие ЭКГ. Если вы чувствуете дискомфорт, незамедлительно обратитесь к врачу.

Измерение уровня кислорода в крови (SpO2)

-  Для использования данной функции обновите ПО носимого устройства и приложение **Huawei Health (Здоровье)** до последней версии.
- Для точных результатов измерений затяните ремешок устройства на расстоянии толщины одного пальца над запястной костью. Убедитесь, что зона датчика касается вашей кожи, что между устройством и вашей рукой нет посторонних предметов.

Однократное измерение уровня кислорода в крови (SpO₂)

- 1 Убедитесь, что носимое устройство надето правильно, и не двигайтесь.
- 2 Нажмите на верхнюю кнопку, чтобы открыть список приложений, проведите вверх или вниз по экрану, найдите опцию **SpO₂** () и нажмите на нее.
- 3 Нажмите **Измерить**. (Фактический вид интерфейса устройства может отличаться).
- 4 После начала измерения уровня SpO₂ не двигайтесь. Экран устройства должен быть направлен вверх.

Автоматическое измерение уровня кислорода в крови (SpO₂)

- 1 Откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)**, нажмите на опцию **Устройства**, выберите карточку устройства, чтобы перейти к экрану сведений устройства. Нажмите **Мониторинг показателей здоровья**, включите или выключите переключатель опции **Автоизмерение SpO₂**.
 -  Когда включена функция **Автоизмерение SpO₂**, устройство автоматически измеряет и записывает ваш уровень кислорода в крови (SpO₂), когда вы находитесь в состоянии покоя. Этот показатель особенно важен, когда вы спите или находитесь в высокогорной местности.
- 2 Нажмите **Уведомление о низком SpO₂**, чтобы настроить минимальное значение уровня SpO₂, при котором устройство будет уведомлять вас об этом, когда вы бодрствуете.

Просмотр данных уровня кислорода в крови (SpO₂)

Откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)**, выберите карточку **SpO₂** и выберите дату, чтобы посмотреть ваши данные измерения SpO₂ за этот день.

Измерение пульса

Функция Постоянный мониторинг пульса включена на часах по умолчанию, сведения предоставляются в формате графика изменения пульса. Если эта функция выключена, вам будет предложено открыть приложение **Huawei Health (Здоровье)** и включить переключатель для опции **Постоянный мониторинг пульса**.

-  Для точных результатов мониторинга затяните ремешок устройства на расстоянии толщины одного пальца над запястной костью. Часы должны быть плотно зафиксированы на запястье во время тренировок.

Однократное измерение пульса

- 1 Откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)**, перейдите на экран сведений устройства, перейдите в раздел **Мониторинг показателей здоровья > Постоянный мониторинг пульса** и выключите переключатель для опции **Постоянный мониторинг пульса**.

2 На часах откройте список приложений и выберите **Пульс** () , чтобы выполнить однократное измерение.

-  На измерение пульса могут повлиять внешние факторы, например низкая температура окружающего воздуха, движения руки или наличие татуировок на руке.

Постоянный мониторинг пульса

Откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)**, перейдите на экран сведений устройства, перейдите в раздел **Мониторинг показателей здоровья > Постоянный мониторинг пульса** и включите переключатель для функции **Постоянный мониторинг пульса**.

Выберите для параметра **Режим мониторинга** значение **Умный** или **В реальном времени**.

- Умный режим: автоматическая корректировка частоты измерений в зависимости от статуса активности.
- В реальном времени: мониторинг пульса в режиме реального времени независимо от статуса активности.
-  Мониторинг в реальном времени повышает энергопотребление устройства, Умный режим является более энергоэффективным.

Измерение пульса в состоянии покоя

Под пульсом в покое понимается пульс (количество ударов в минуту), который измеряется, когда вы бодрствуете, но отдыхаете. Это важный показатель состояния здоровья сердца. Лучшим временем для измерения пульса в покое является время сразу после пробуждения (но до вставания с кровати).

Откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)**, перейдите на экран сведений устройства, перейдите в раздел **Мониторинг показателей здоровья > Постоянный мониторинг пульса** и включите переключатель для функции **Постоянный мониторинг пульса**. Носимое устройство будет автоматически измерять ваш пульс в покое.

-  • Данные пульса в покое на носимом устройстве будут удалены автоматически в 00:00.
- Для отображения значения пульса в покое должны быть соблюдены определенные условия. Если измерять пульс в покое в неправильное время, результаты могут иметь сильную погрешность или не отображаться вовсе.

Уведомления о частоте пульса

Уведомление о повышенном значении пульса

Откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)**, перейдите на экран сведений устройства, выберите раздел **Мониторинг показателей здоровья > Постоянный мониторинг пульса** и включите переключатель для функции **Постоянный мониторинг пульса**. Затем включите опцию **Уведомление о высоком пульсе**. Ваше носимое

устройство будет вибрировать и отображать предупреждение, если значение вашего пульса в состоянии покоя остается выше установленного лимита более 10 минут.

Уведомление о пониженном значении пульса

Откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)**, перейдите на экран сведений устройства, выберите раздел **Мониторинг показателей здоровья > Постоянный мониторинг пульса** и включите переключатель для функции **Постоянный мониторинг пульса**. Затем включите опцию **Уведомление о низком пульсе**. Ваше носимое устройство будет вибрировать и отображать предупреждение, если значение вашего пульса в состоянии покоя остается ниже установленного значения более 10 минут.

Измерение пульса во время тренировки

Во время тренировки носимое устройство отображает ваш пульс в режиме реального времени и зону пульса, а также отправляет вам уведомление, если пульс превышает верхнюю границу. Для наилучшего эффекта тренировки рекомендуется использовать сведения зон пульса в качестве справочной информации во время физических нагрузок.

- Чтобы выбрать метод расчета зон пульса, выберите **Huawei Health (Здоровье) > Я > Настройки > Настройки тренировки > Параметры пульса во время тренировки**. При занятиях бегом для параметра **Зоны пульса** задайте значение **Процент максимального пульса**, **Процент HRR** или **Процент зоны пульса лактатного порога**. При использовании других режимов тренировок выберите **Процент максимального пульса** или **Процент HRR**.
 -  Если в качестве базового значения для расчета вы выбираете **Процент максимального пульса**, зона пульса для разных типов нагрузки (Экстремальная нагрузка, Анаэробная, Аэробная, Сжигание жира и Разминка) определяется с учетом вашего максимального пульса (по умолчанию равен «220 – ваш возраст»).
 - Если в качестве способа расчета вы выбираете **Процент HRR**, ваши зоны пульса для тренировок разной интенсивности (Повышенная анаэробная, Базовая анаэробная, Лактатный порог, Повышенная аэробная и Базовая аэробная) рассчитываются на основании резерва сердечного ритма (HRR), который определяется путем подсчета разницы между максимальным пульсом и пульсом в покое.
- После начала тренировки значение пульса будет отображаться на экране носимого устройства в реальном времени. После завершения тренировки вы можете просмотреть записи о средней частоте пульса, максимальной частоте пульса и зоне пульса на экране результатов тренировки.

- Во время тренировки пульс в реальном времени не будет отображаться на носимом устройстве, если вы снимете его, но устройство продолжит выполнять поиск сигнала пульса в течение некоторого времени. Измерение пульса возобновится, когда вы снова наденете устройство.
- В разделе **Записи занятий** в приложении **Huawei Health (Здоровье)** доступны графики, по которым можно отследить изменения частоты пульса, а также средний и максимальный пульс для каждой тренировки.

Уведомление о высоком пульсе во время тренировки

Ваше носимое устройство будет вибрировать и отображать уведомление, когда пульс во время тренировки будет превышать верхнее пороговое значение в течение определенного периода времени.

- 1 Выберите **Huawei Health (Здоровье) > Я > Настройки > Настройки тренировки > Параметры пульса во время тренировки** и включите переключатель для опции **Высокий пульс**.
- 2 Нажмите **Порог пульса**, настройте верхний лимит, отвечающий вашим потребностям, и нажмите **ОК**.

- Если вы выключили функцию голосовых подсказок во время индивидуальных тренировок, уведомления будут поступать в виде вибросигналов и карточек, без аудиоуведомлений.

Измерение температуры кожи

Измерение температуры кожи используется для отслеживания изменений температуры кожи на запястье после тренировки. После включения постоянного мониторинга температуры кожи этот показатель будет регулярно измеряться, а также будет формироваться кривая измерений.

- Устройство не предназначено для использования в медицинских целях. Измерения температуры в основном используются для мониторинга изменений температуры кожи на запястье здоровых людей в возрасте старше 18 лет во время и после тренировок. Результаты измерений носят справочный характер и не должны использоваться в качестве основы для медицинской диагностики или лечения.
- Во время измерений часы должны быть плотно надеты на запястье в течение не менее 10 минут. Необходимо также находиться в спокойной обстановке при комнатной температуре (около 25°C). Убедитесь, что на коже запястья нет остатков воды или спирта. Не начинайте измерение, когда часы подвергаются воздействию прямых солнечных лучей, ветра или источников холода или тепла.
- После душа, выполнения упражнений, перехода с улицы в помещение и наоборот подождите 30 минут, прежде чем начать измерение.

Однократное измерение

В списке приложений на часах перейдите в раздел **Температура кожи** чтобы начать измерение температуры.

Непрерывное измерение

- 1 Откройте приложение Здоровье, перейдите в раздел **Устройства** и выберите ваше устройство, откройте раздел **Мониторинг показателей здоровья** и включите функцию **Постоянное измерение температуры кожи**.
- 2 В списке приложений на часах выберите опцию **Температура кожи**, чтобы посмотреть кривую измерений.

Чрезвычайная ситуация

Если на ваших часах включена функция определения падения, при падении будет совершен вызов на номер экстренной службы. Чтобы предотвратить ложные вызовы, сначала будет выполнен вызов на номер экстренного контакта, а затем на номер экстренной службы. Если экстренный контакт не указан, необходимо будет вручную выбрать номер соответствующей экстренной службы.

-  • Вы можете отправлять SOS-сообщения, только если ваши часы подключены к приложению **Huawei Health**.
- Если вы используете Телефон iOS, отправка SOS-сообщений не поддерживается.
- Если часы подключены к телефону по Bluetooth, а в телефоне доступны две SIM-карты, сначала установите карту по умолчанию для совершения экстренных вызовов.

Автоматическая отправка SOS-сообщений

- 1 На ваших часах перейдите в раздел **Настройки > Безопасность и конфиденциальность > SOS**, а затем включите функцию **Определение падения**.
- 2 При определении падения:
 - Если вы указали номера экстренных контактов, будет автоматически выполнен вызов на номер первого в списке экстренного контакта, при этом сообщение с информацией о вашем местоположении будет отправлено на номера всех экстренных контактов, если вы не выбрали экстренный контакт или выбрали опцию выполнения вызова на номер экстренного контакта через 60 секунд.
 - Если вы указали номера экстренных контактов, на экране часов отобразятся телефоны экстренных служб и вы сможете выбрать нужный номер.

Отправка SOS-сообщений вручную

Если вы указали номера экстренных контактов, нажмите на верхнюю кнопку пять раз подряд, чтобы отправить SOS-сообщение.

- Если функция **Определение падения** отключена, в случае падения не будут выполняться экстренные вызовы. В этом случае вы можете нажать на кнопку питания пять раз подряд, чтобы выполнить экстренный вызов.
- Если телефон подключен к часам по Bluetooth, вы можете использовать телефон для выполнения вызовов. Если часы не подключены к вашему устройству, вы сможете выполнять вызовы и отправлять SMS-сообщения, только если на часах поддерживается eSIM-карта.

Мониторинг сна

Если носимое устройство корректно надето, когда вы спите, оно автоматически запишет продолжительность вашего сна и определит, находитесь ли вы в фазе глубокого сна, легкого сна или бодрствуете.

Персонализация настроек сна

- 1 Откройте список приложений, выберите приложение **Сон** () , проведите вверх по экрану, нажмите **Еще**, затем нажмите **Режим Сон**.
- 2 Режим **Автоматически** включен по умолчанию. Вы также можете настроить время для перехода в режим Сон и выхода из него. Для этого нажмите **Добавить время**, чтобы настроить такие параметры, как **Отход ко сну**, **Пробуждение** и **Повтор**, а затем нажмите **ОК**. Чтобы удалить пункт расписания, нажмите на него, затем нажмите **Удалить**.

Включение и выключение HUAWEI TruSleep™

Откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)**, перейдите на экран сведений устройства, перейдите в раздел **Мониторинг показателей здоровья > HUAWEI TruSleep™** и включите или выключите переключатель для опции **HUAWEI TruSleep™**. Когда функция **HUAWEI TruSleep™** включена, ваше носимое устройство (если оно надето) точно распознает, когда вы засыпаете, регистрирует фазы глубокого, легкого и быстрого сна, а также случаи, когда вы просыпаетесь ночью. Затем устройство предоставляет вам анализ вашего сна, чтобы вы обладали полной информацией о своем организме, и полезные советы по улучшению качества сна.

- Переключатель функции **HUAWEI TruSleep™** включен по умолчанию.

Просмотр данных сна

- На носимом устройстве откройте список приложений и выберите **Сон** () , чтобы посмотреть сведения вашего ночного и дневного сна.
- Выберите **Huawei Health (Здоровье) > Здоровье > Сон**, нажмите на значок  в правом верхнем углу экрана, затем нажмите **Все данные**. Отобразится экран архивных данных сна.

 Записанные данные удаляются каждый день в 00:00.

Вы можете посмотреть такой параметр, как **Оценка качества сна**, график с фазами сна и сведения сна на часах, если они обновлены до последней версии.

Календарь цикла

 Данная функция доступна только на часах HUAWEI WATCH 4 Pro Space Edition.

Активация приложения

- 1 Чтобы активировать эту функцию, сначала нужно привязать часы к приложению **Huawei Health (Здоровье)** на телефоне. Затем выберите **Huawei Health (Здоровье) > Здоровье > Календарь цикла**, примите положения уведомления о конфиденциальности, настройте данные вашего менструального цикла и нажмите **Начать**.
- 2 Когда вы наденете часы, на них отобразится уведомление об активации приложения. Если устройство не надето, это уведомление сохранится в центре сообщений.
Нажмите **Открыть приложение**, чтобы перейти на главный экран приложения **Календарь цикла**.
Нажмите **ОК**, чтобы вернуться к предыдущему экрану.

Запись и просмотр сведений цикла на часах

- 1 Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, найдите и выберите **Календарь цикла**, чтобы открыть главный экран этого приложения, на котором представлен календарь цикла. Нажмите на значок  справа от названия приложения, чтобы переключиться между режимом отображения по месяцам и графиком.
- 2 Нажмите на опцию **Изменить** или на значок , чтобы настроить **Начало** и **Конец** менструации. Проведите вверх по экрану, чтобы посмотреть информацию в формате **Сводка**. Проведите вверх снова, чтобы записать симптомы. Проведите вверх еще раз, чтобы перейти к экрану **Еще** и посмотреть раздел **Справка**.
- 3 На экране сведений **в режиме отображения по месяцам** проведите влево или вправо, чтобы посмотреть сведения предыдущего цикла и прогноз трех последующих циклов.

Запись сведений цикла в приложении Huawei Health (Здоровье)

- 1 Выберите **Huawei Health (Здоровье) > Здоровье > Календарь цикла**, следуя инструкциям на экране, загрузите пакет данной функции и укажите ваши данные. Если вы не можете найти карточку **Календарь цикла**, нажмите **Изменить**, чтобы добавить ее на главный экран приложения.
- 2 Перейдите на экран **Календарь цикла**, включите переключатели **Менструальный период начался** и **Менструальный период закончился** для конкретных дат, чтобы зафиксировать длительность менструации. Вы также можете записать ваши **Симптомы**.

- 3** На экране **Календарь цикла** нажмите на значок  в правом верхнем углу, затем нажмите **Настройки**, чтобы настроить длительность менструации и всего цикла, включите или выключите переключатель **Напоминания** согласно вашим предпочтениям.
- Включите переключатель для опции **Прогнозы**. Когда эта функция включена, ваши часы (если вы носите их постоянно, в том числе ночью) будут учитывать такие зарегистрированные данные вашего состояния здоровья, как температура тела, пульс и частота дыхания, чтобы предоставить вам более точный прогноз цикла.
- Нажмите **Записи периодов**, чтобы посмотреть показатели **Ср. период менструации** и **Ср. цикл**.
- Нажмите **Все данные**, чтобы посмотреть архивные данные.

Тренировка

Запуск индивидуальной тренировки

Запуск тренировки на носимом устройстве

- 1 На носимом устройстве откройте список приложений и нажмите **Тренировки** () .
- 2 Проведите вверх или вниз для навигации по экрану, выберите нужную вам тренировку. Или проведите вверх по экрану и нажмите **Настроить**, чтобы добавить другие режимы тренировок.
 -  Чтобы удалить тренировку:
Выберите **Тренировки** в списке приложений, проведите вверх по экрану, чтобы найти опцию **Настроить**, и нажмите на нее, затем выберите тип тренировки для удаления и нажмите , чтобы удалить его из списка тренировок. Вы можете нажать , чтобы изменить порядок отображения.
- 3 Нажмите на значок тренировки, чтобы начать тренировку.
- 4 Когда экран включен, нажмите и удерживайте верхнюю кнопку для завершения тренировки. Вы можете нажать верхнюю кнопку, чтобы приостановить тренировку, нажать на значок , чтобы возобновить тренировку, или нажать на значок , чтобы завершить тренировку.
-  . Перейдите в раздел **Тренировки > Настройки тренировки** и включите переключатель **Всегда включен**, чтобы экран оставался включенным во время тренировки.

Запуск тренировки в приложении Huawei Health (Здоровье)

- 1 Когда ваше носимое устройство привязано к приложению **Huawei Health (Здоровье)**, начните тренировку (например, однократную тренировку или тренировочный курс) в приложении.
- 2 В приложении **Huawei Health (Здоровье)** нажмите на значок , чтобы поставить тренировку на паузу, нажмите на значок , чтобы продолжить тренировку, и нажмите и удерживайте значок , чтобы завершить тренировку. Таким образом, устройство будет останавливать, возобновлять или завершать тренировку.

-  • Во время тренировки такие данные, как время и расстояние, будут отображаться и на устройстве, и в приложении **Huawei Health (Здоровье)**.
- Если значение расстояния или длительности тренировки слишком короткое, данные тренировки не будут зафиксированы.
- После завершения тренировки в приложении **Huawei Health (Здоровье)** будут отображаться данные, зафиксированные и носимым устройством, и телефоном. Данные не будут отображаться на носимом устройстве.

Обратный маршрут

Когда вы начинаете тренировку на улице и включаете функцию обратного маршрута, часы запишут пройденный вами маршрут. После того как вы пройдете намеченный маршрут, с помощью этой функции вы сможете вернуться в места, или в точку начала маршрута.

На часах откройте список приложений и нажмите **Тренировки**. Начните тренировку на улице. Проведите по экрану вправо и выберите функцию **Обратный маршрут** или **По прямой**, чтобы вернуться в места, которые вы проходили на маршруте, или в точку начала маршрута.

Если на экране не отображаются опции **Обратный маршрут** или **По прямой**, нажмите на экран, чтобы они отобразились.

-  • Нажмите на значок + или - на экране навигации, чтобы настроить масштаб карты.
- Данная функция доступна только во время тренировок и выключается сразу после завершения тренировки.

Автоопределение статуса тренировки

- 1 Откройте список приложений, перейдите в **Настройки > Настройки тренировки** и включите переключатель опции **Определение тренировки**.
 - 2 После включения данной функции при обнаружении повышенной активности ваше носимое устройство напомнит вам о необходимости начать тренировку. Вы можете проигнорировать это уведомление или нажать на значок режима тренировка, чтобы начать тренировку.
-  • Ваше устройство автоматически определяет, что началась тренировка, и отправляет соответствующее напоминание, только когда ваша поза и интенсивность активности соответствуют определенным требованиям в течение некоторого периода времени.
 - Когда интенсивность активности ниже определенных требований некоторый период времени, устройство напомнит вам о необходимости завершить тренировку. Вы можете проигнорировать такое уведомление или завершить тренировку.

Дополнительная информация

Управление приложениями

Установка и удаление приложений

- 1 Нажмите верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, и выберите **AppGallery**.
- 2 Найдите приложение или выберите приложение из списка рекомендованных приложений и нажмите значок загрузки справа, чтобы загрузить приложение.
- 3 После завершения установки нажмите на приложение, чтобы открыть или удалить его.

Настройка работы приложений в фоновом режиме

- Дважды нажмите верхнюю кнопку и проведите влево или вправо по экрану, чтобы посмотреть список приложений, работающих в фоновом режиме.
- Нажмите на миниатюру приложения, чтобы переключиться на него.
- Проведите вверх по миниатюре приложения, чтобы закрыть его.
- Нажмите значок Удалить, чтобы закрыть все приложения, работающие в фоновом режиме.

Управление установленными приложениями

- 1 Нажмите верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, и выберите **AppGallery**.
- 2 Проведите по экрану, чтобы обновить или посмотреть установленные приложения.

Просмотр или настройка приложений

- 1 Нажмите верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, перейдите в раздел **Настройки > Приложения > Приложения**.
- 2 Нажмите на приложение, чтобы посмотреть предоставленные ему права и данные о памяти. Вы можете задать настройки в соответствии с вашими предпочтениями.

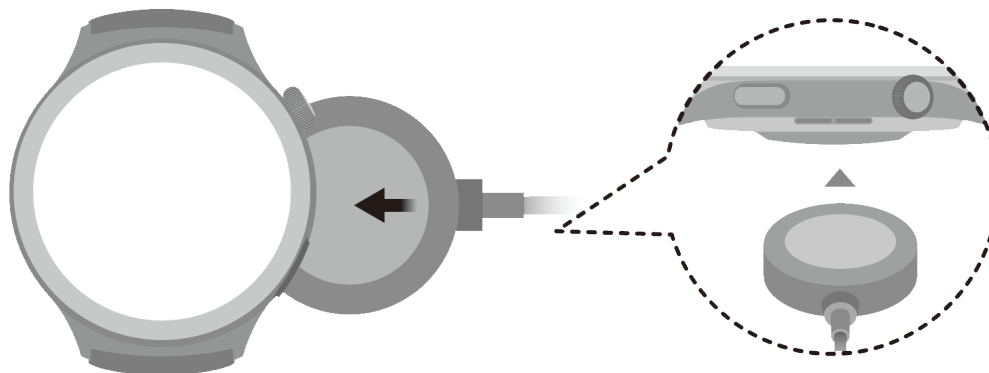
Настройка порядка отображения списка приложений

Нажмите верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, и перетащите приложение вверх или вниз. Вы также можете нажать и удерживать приложение при повороте кнопки часов.

Зарядка

Зарядка

- 1 Подключите зарядную панель к адаптеру питания, а затем подключите адаптер питания к источнику питания.



- 2 Положите часы на зарядную панель, совместите металлические контакты на часах с контактами на панели и дождитесь, когда на экране часов отобразится значок зарядки.
 - 3 Когда часы полностью зарядятся, индикатор зарядки отобразит значение 100% и часы автоматически перестанут заряжаться.
- i • Для зарядки часов рекомендуется использовать оригинальный адаптер питания Huawei, USB-порт компьютера или адаптер питания стороннего производителя (не Huawei), соответствующий региональным и национальным законам и положениям и международным стандартам безопасности. Другие зарядные устройства и портативные аккумуляторы, которые не соответствуют стандартам, могут вызывать проблемы, такие как медленная зарядка и перегревание. Соблюдайте меры предосторожности при использовании таких зарядных устройств. Рекомендуется приобрести оригинальный адаптер питания Huawei в официальном магазине Huawei.
 - Порт для зарядки должен быть сухим и чистым, чтобы избежать короткого замыкания и других опасных последствий.
 - Так как внутри зарядной панели находятся магниты, она может притягивать металлические предметы. Поэтому необходимо проверять и очищать зарядную панель перед использованием. Не храните и не используйте зарядную панель длительное время в местах с высокой температурой, так как это может вызвать размагничивание или другие неисправности.

Проверка уровня заряда батареи

Способ 1. Проведите по рабочему экрану сверху вниз, чтобы узнать уровень заряда батареи.

Способ 2. Подключите часы к источнику питания и проверьте уровень заряда на экране с информацией о зарядке.

Способ 3. Вы можете посмотреть уровень заряда батареи на циферблате, который поддерживает эту опцию.

Способ 4. Проверьте уровень заряда батареи в разделе сведений об устройстве в приложении Здоровье.

Управление циферблатами

Обновите систему часов и приложение **Huawei Health** (Здоровье) до последней версии, чтобы иметь возможность выбрать циферблат из широкого набора доступных в Магазине циферблатов. Пусть ваши часы действительно отражают ваше настроение!

Изменение циферблата часов

- 1 Нажмите и удерживайте область на рабочем экране, не отпускайте палец, пока устройство не завибрирует, чтобы перейти на экран настроек циферблата.
 - 2 Проведите влево или вправо по экрану, чтобы выбрать нужный циферблат. Вы также можете провести вправо до крайнего экрана, нажать **+**, провести вверх и вниз, чтобы выбрать понравившийся циферблат.
-  Некоторые циферблаты можно настраивать. Вы можете нажать на опцию **Настроить** в нижней части циферблата, чтобы настроить отображаемый контент.

Установка и изменение циферблата с помощью телефона

- 1 Откройте приложение **Huawei Health** (Здоровье), перейдите на экран сведений устройства, найдите вкладку **Циферблаты** и нажмите на опцию **Еще**.
- 2 Выберите понравившийся циферблат или введите запрос в поисковой строке в правом верхнем углу экрана, чтобы найти дизайн, который вам подойдет.
 - a Если циферблат не был установлен, нажмите **Установить**. После установки циферблат автоматически изменится на новый.
 - b Если циферблат был установлен, нажмите **Настроить по умолчанию**, чтобы использовать его.

 Данные, указанные на экране сведений о циферблате, — это объем памяти, необходимый для загрузки и установки циферблата.

Удаление циферблата

- 1 Откройте приложение **Huawei Health** (Здоровье), перейдите на экран сведений устройства, найдите вкладку **Циферблаты** и нажмите на опцию **Еще**.
 - 2 Нажмите **Я**, проведите вверх по экрану, нажмите и удерживайте любой установленный циферблат или нажмите **Изменить**, затем нажмите на значок **x** в правом верхнем углу циферблата, чтобы удалить его.
-  Циферблаты из Галереи, видеоциферблаты и циферблаты «Калейдоскоп» удалить невозможно.
- Если вы удалили купленный циферблат, вам нужно повторно установить его. Его не нужно покупать повторно.

:

Отправка циферблата

Откройте приложение **Huawei Health** (Здоровье) и перейдите на экран сведений об устройстве. На вкладке **Циферблаты** выберите **Еще > Я > На часах**, нажмите на циферблат, затем нажмите на кнопку отправки в правом верхнем углу экрана, чтобы отправить циферблат.

Настройка циферблатов с помощью функции OneHop

- i** Обновите приложение **Huawei Health** до последней версии и убедитесь, что ваше устройство подключено к вашему мобильному устройству телефон/планшет.
- 1** Нажмите на верхнюю кнопку на часах, чтобы открыть список приложений, а затем перейдите в раздел **Настройки > Другие соединения** и включите функцию **NFC**.
- 2** Нажмите и удерживайте область на рабочем экране часов, затем нажмите **Галерея**.
- 3** Используйте телефон/планшет, включите на нем функцию NFC, откройте приложение Галерея, а затем выберите изображение и поднесите область датчика NFC к экрану часов.
- 4** После завершения передачи изображение будет отображаться на циферблате.
 - i** Вы не можете использовать функцию OneHop для передачи сохраненных в облаке изображений. Чтобы передать такие изображения, сначала загрузите их на ваше устройство, а затем используйте функцию OneHop для передачи изображений.

Настройка циферблатов с изображением из Галереи и видеоциферблатов

- i** Перед использованием данной функции обновите приложение **Huawei Health** (Здоровье) и ПО вашего устройства до последней версии.

Настройка циферблата с изображением из Галереи

- 1** Откройте приложение **Huawei Health** (Здоровье), откройте экран сведений устройства и перейдите в раздел **Еще > Я > На часах > Галерея**, чтобы перейти на экран настроек циферблата с изображением из Галереи.
- 2** Нажмите на значок **+** и выберите **Сделать фото** или выберите изображение из приложения **Галерея**.
- 3** Нажмите на значок **✓** в правом верхнем углу экрана и нажмите **Сохранить**. Выбранное изображение отобразится на экране в качестве циферблата.
 - i** При выгрузке нескольких изображений вы можете нажать на циферблат, чтобы переключаться между изображениями.

Настройка видеоциферблата

-  • Перед использованием данной функции обновите ПО устройства и приложение **Huawei Health (Здоровье)** до последней версии.
 - Данная функция не поддерживается при подключении носимого устройства к iPhone.
- 1** Откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)**, откройте экран сведений устройства и перейдите в раздел **Еще > Я > На часах > Video**, чтобы перейти на экран настроек видеоциферблата.
 - 2** Нажмите **Настроить**, выберите режим выгрузки, снимите новое видео или выберите видео, которое хотите выгрузить, и нажмите на значок **✓**. Вы также можете выбрать предустановленный видеоциферблат.
 - 3** Нажмите **Сохранить**. На часах отобразится настроенный циферблат. Нажмите на циферблат, чтобы переключаться между видео.

Другие настройки

На телефоне на экране настроек циферблата с изображением из **Галереи**:

- Выберите **Стиль** и **Вид**, чтобы настроить стиль и расположение времени и даты на циферблате с изображением из Галереи.
- Нажмите значок в виде крестика в правом верхнем углу выбранного фото, чтобы удалить его.

Настройка времени и языка

На носимом устройстве невозможно настроить время и язык.

После подключения носимого устройства к телефону настройки времени и языка телефона автоматически синхронизируются с носимым устройством.

Если вы изменяете язык, регион или время на телефоне, эти изменения автоматически синхронизируются с вашим носимым устройством, если оно подключено к телефону по Bluetooth.

-  выберите **Настройки > Система и обновления > Дата и время**, включите переключатель для опции **24 часа**, чтобы изменить формат отображения времени.

Настройка PIN-кода

Для защиты конфиденциальности вы можете установить на устройстве PIN-код. После установки PIN-кода и включения функции Автоблокировка (которая автоматически блокирует устройство, когда вы его снимаете) потребуется ввести PIN-код, чтобы разблокировать устройство и получить доступ к рабочему экрану. Если вы продолжите носить устройство, экран не будет блокироваться.

Включение PIN-кода

- 1 Чтобы настроить PIN-код, проведите вниз по рабочему экрану, выберите **Настройки > PIN-код > Настройка PIN-кода**, следуя инструкциям на экране, настройте PIN-код, состоящий из 6 цифр.
 - 2 Чтобы включить функцию Автоблокировка, проведите вниз по рабочему экрану, выберите **Настройки > PIN-код > Автоблокировка** и включите функцию **Автоблокировка**.
-  Если вы забудете PIN-код, необходимо будет восстановить заводские настройки устройства.

Изменение PIN-кода

Проведите вниз по рабочему экрану, выберите **Настройки > PIN-код > Изменить PIN-код** и следуйте инструкциям на экране.

Выключение PIN-кода

Проведите вниз по рабочему экрану, выберите **Настройки > PIN-код > Выключить PIN-код** и следуйте инструкциям на экране.

Если вы забыли PIN-код

Если вы забудете PIN-код, необходимо будет восстановить заводские настройки устройства.

Откройте приложение **Huawei Health (Здоровье)**, перейдите на экран сведений устройства и нажмите **Сброс настроек**.

-  Восстановление заводских настроек устройства приведет к удалению всех данных с вашего устройства. Соблюдайте осторожность при выполнении данного действия.

Звуки и вибрация

Настройка громкости мелодии вызова

- 1 Перейдите к списку приложений и выберите **Настройки > Звуки и вибрация > Громкость сигнала**.
- 2 Проведите вверх или вниз, чтобы настроить громкость мелодии вызова.

Настройка мелодии вызова

- 1 Нажмите на верхнюю кнопку, чтобы открыть список приложений, и перейдите в **Настройки > Звуки и вибрация > Мелодия вызова**.
 - 2 Проведите вверх или вниз, чтобы выбрать мелодию вызова.
-  Мелодии вызовов невозможно персонализировать.

Выключение и включение звука

- 1 Перейдите к списку приложений и выберите **Настройки > Звуки и вибрация**.

2 Включите или выключите функцию **Выключить звук**.

Виброотклик поворотной кнопки

- 1** Нажмите на верхнюю кнопку, чтобы открыть список приложений, и перейдите в **Настройки > Звуки и вибрация**.
- 2** Включите функцию **Виброотклик поворотной кнопки**, чтобы чувствовать вибрацию при каждом повороте поворотной кнопки. Вы можете выключить эту функцию согласно вашим потребностям.

Обновление

На часах

-  Перед обновлением часов убедитесь, что они подключены к сети Wi-Fi 2,4 ГГц или мобильной сети передачи данных.
- 1** Нажмите на верхнюю кнопку, чтобы открыть список приложений, и перейдите в **Настройки > Система и обновления > Обновление ПО**.
- 2** Выберите опцию **Проверка обновлений** и выполните обновление, следуя инструкциям на экране.

На телефоне

-  Данная функция не поддерживается при подключении часов к iPhone.

Откройте приложение **Huawei Health**, войдите на экран сведений устройства и выберите раздел **Обновление ПО**. Телефон автоматически проверит наличие доступных обновлений. Обновите часы, следуя инструкциям на экране.

Уровень водонепроницаемости и пыленепроницаемости носимых устройств и сценарии их использования

Водо- и пыленепроницаемость означает, что носимое устройство защищено от проникновения воды и пыли, которые могут повредить внутренние компоненты и материнскую плату.

-  При условиях испытаний, описанных в таблице ниже, нормальная температура воздуха варьируется от +15°C до +35°C, относительная влажность варьируется от 25% до 75%, а атмосферное давление — от 86 кПа до 106 кПа (нормальное атмосферное давление составляет 101,325 кПа).

Уровень водо- и пыленепроницаемости	Определение уровня	Описание

5 ATM	Это уровень водонепроницаемости (ISO 22810), определенный Международной организацией по стандартизации (ISO). Он указывает, что носимое устройство способно выдерживать статическое давление водяного столба высотой 50 метров при комнатной температуре в течение 10 минут. Это не означает, что носимое устройство сохраняет водонепроницаемость на глубине 50 метров.	Носимые устройства соответствуют уровню водонепроницаемости 5 ATM по стандарту ISO 22810:2010, который указывает, что устройство способно выдерживать статическое давление водяного столба высотой до 50 метров в течение 10 минут. Это не означает, что они сохраняют водонепроницаемость на глубине 50 метров. Характеристики водонепроницаемости не являются постоянными и могут ухудшаться при ежедневном использовании. Устройства можно использовать во время плавания на мелководье (например, в бассейнах), при нахождении на пляже, во время выполнения упражнений, в дождливые дни и при мытье рук. Если часы, оснащенные динамиком, были погружены под воду или если вы используете часы при нахождении в воде, своевременно вытрите капли воды с динамика или используйте функцию слива воды из часов, чтобы вода не попала в динамик. Носимое устройство не подходит для использования в следующих сценариях: 1. Погружения в воду, прыжки с вышки, ополаскивания под сильным напором воды или другие действия, связанные с воздействием сильного давления воды или быстрого потока воды. 2. В горячем душе, горячих источниках, сауне или бане, а также при других видах активности в
-------	---	--

		условиях высокой температуры и влажности. 3. Кожаные и металлические ремешки не предназначены для использования при контакте с водой. Рекомендуется использовать ремешок из другого материала во время плавания или других водных активностей. (Повреждения носимого устройства, вызванные погружением в жидкость, не подлежат гарантийному ремонту, если при использовании носимого устройства были нарушены правила эксплуатации).
--	--	---

IP68	Носимые устройства, соответствующие данному стандарту, являются пыленепроницаемыми и могут быть погружены под воду на глубину более 1 метра при нормальной температуре и давлении на короткий период времени (допустимая глубина и время погружения могут отличаться в зависимости от модели устройства). Данный стандарт выше, чем IPX7.	Носимые устройства соответствуют уровню водо- и пыленепроницаемости IP68 по стандарту IEC 60529:2013. Носимые устройства защищены от попадания пыли, находящейся в доме, офисах, лабораториях, цехах легкой промышленности и складских помещениях. Они не подходят для использования в слишком пыльных местах. Устройство можно погружать в воду на короткий период времени. Однако не рекомендуется погружать носимое устройство в воду. Вы можете использовать ваше носимое устройство во время мытья рук или тренировок, так как оно устойчиво к попаданию пота. Вы также можете носить устройство во время дождя. Носимое устройство не подходит для использования в следующих сценариях: 1. Подводный дайвинг или другие виды активности с продолжительным погружением в воду. 2. В душе, горячих источниках, сауне или бане, а также при других видах активности в условиях высокой температуры и влажности. 3. При активности в условиях с быстрыми водными потоками, таких как дайвинг, катание на водных лыжах, серфинг и моторные виды водного спорта (например, скоростные катеры и моторные катеры), мойка автомобилей и рафтинг.
------	--	--

		(Повреждения носимого устройства, вызванные погружением в жидкость, не подлежат гарантийному ремонту, если при использовании носимого устройства были нарушены правила эксплуатации).
--	--	---

Водопроницаемость — это не постоянное свойство. Оно может ухудшаться со временем. Приведенные ниже условия могут повлиять на свойство водонепроницаемости носимого устройства, и их нужно избегать. Повреждения, вызванные погружением в жидкость, не подлежат гарантийному ремонту.

Вы нажимали на кнопки устройства или использовали его под водой.

Использование ультразвукового очистителя, щадящих щелочных или кислотных моющих средства для очистки устройства.

Устройство упало с большой высоты или было повреждено в результате взаимодействия с другими предметами.

Носимое устройство было разобрано или чинилось в не авторизованных Huawei сервисных центрах.

Устройство находилось в контакте с щелочными веществами, например с мылом или мыльной водой во время принятия душа или ванны.

Устройство находилось в контакте с парфюмерией, растворителями, моющими средствами, кислотными веществами, пестицидами, эмульсиями, солнцезащитными или увлажняющими кремами или краской для волос.

Устройство заряжалось, будучи влажным.

 **Водо- и пылезащитные характеристики относятся только к корпусу часов.**

Остальные компоненты, включая ремешок и зарядную панель, не являются водо- и пыленепроницаемыми.

Используйте устройство в соответствии с инструкциями, представленными на официальном веб-сайте Huawei или в кратком руководстве пользователя, которое входит в комплект поставки устройства. При наличии повреждений, возникших в результате ненадлежащего использования устройства, бесплатный гарантийный ремонт не осуществляется.

Просмотр информации об устройстве

• На часах

Нажмите на верхнюю кнопку на часах, перейдите в **Настройки > Об устройстве** и посмотрите **Имя устройства, Модель, HarmonyOS, SN и Bluetooth-адрес** ваших часов.

 Выберите раздел **HarmonyOS**, чтобы посмотреть версию программного обеспечения часов.

- **На телефоне**

Откройте приложение **Huawei Health**, войдите на экран сведений устройства и выберите раздел **Данные устройства**, чтобы посмотреть **Имя, Модель, Серийный номер** и **MAC-адрес** ваших часов.