



instrukcja obsługi

Aby uzyskać najlepszy podgląd tego przewodnika, pobierz aplikację do odczytu plików PDF, a następnie otwórz przewodnik w aplikacji.



Spis treści

01 Rozpoczęcie pracy

[Pierwsze spojrzenie](#)
[Włączanie i wyłączanie](#)
[Ładowanie](#)
[Parowanie i łączenie](#)
[Konfiguracja zegarka](#)
[Blokowanie i odblokowywanie zegarka](#)
[Wprowadzanie tekstu na zegarku](#)
[Noszenie zegarka](#)
[Koronka i przycisk boczny](#)
[Nawigacja](#)
[Tarcza zegarka](#)
[Szybkie ustawienia](#)
[Kafelki](#)
[Powiadomienia](#)
[Pielęgnacja zegarka](#)

02 Aplikacje

[Lista aplikacji](#)
[Instalowanie i odinstalowywanie aplikacji](#)
[Połączenia i wiadomości](#)
[Elementy sterujące multimediami](#)
[Sterowanie aparatem](#)
[Motorola Qira](#)
[Narzędzia](#)
[Więcej aplikacji](#)

03 Fitness i zdrowie

[Dzienne aktywności](#)
[Trening](#)
[Zdrowie](#)
[Dane fitness i zdrowotne](#)

04 Ustawienia

[Łączność](#)
[Wyświetlacz](#)
[Gesty](#)
[Tryby](#)
[Dźwięk i wibracje](#)
[Bateria](#)
[Profil zdrowia](#)
[Lokalizacja](#)
[Przenoszenie zegarka](#)

05 Bezpieczeństwo i prywatność

[Uprawnienia i prywatność](#)
[Konta i kopia zapasowa](#)
[Aktualizacje](#)

06 Ułatwienia dostępu

[Wsparcie wzroku](#)
[Wsparcie słuchu](#)
[Interakcje](#)

07 Rozwiązywanie problemów

[Usuwanie usterek](#)
[Znajdowanie zegarka](#)
[Restart lub resetowanie](#)
[Zwiększanie ilości wolnego miejsca](#)

08 Więcej pomocy

[Pomoc serwisowa i naprawy](#)
[Prawa autorskie i znaki towarowe](#)

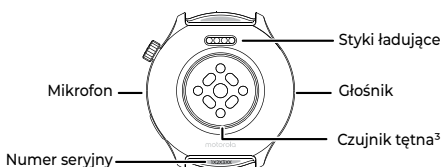
Rozpoczęcie pracy

[Pierwsze spojrzenie](#) | [Włączanie i wyłączanie](#) | [Ładowanie](#) | [Parowanie i łączenie](#) | [Konfiguracja zegarka](#) | [Blokowanie i odblokowywanie zegarka](#) | [Wprowadzanie tekstu na zegarku](#) | [Noszenie zegarka](#) | [Koronka i przycisk boczny](#) | [Nawigacja](#) | [Tarcza zegarka](#) | [Szybkie ustawienia](#) | [Kafelki](#) | [Powiadomienia](#) | [Pielęgnacja zegarka](#)

Pierwsze spojrzenie

Przeprowadzimy Cię przez proces uruchamiania i przedstawimy najważniejsze funkcje zegarka.

Zegarek w skrócie



¹**Czujnik światła:** wykrywa światło otoczenia i automatycznie reguluje jasność ekranu.

²**Komunikacja bliskiego zasięgu (NFC):** zegarek obsługuje technologię NFC (zobacz [Płatności za pomocą zegarka](#)).

³**Czujnik tętna:** czujnik tętna (fotopletyzmograficzny) mierzy tętno i poziom natlenienia krwi.

Ostrzeżenie: należy unikać patrzenia bezpośrednio w czujnik tętna, ponieważ może to wywołać dyskomfort lub doprowadzić do tymczasowego pogorszenia wzroku.



Pasek od zegarka



- » **Przymocuj pasek:** włóż jeden koniec sprężyny do uchwytu zegarka, przesun i przytrzymaj sworzeń szybkiego montażu do środka, wciśnij pasek, a następnie zwolnij sworzeń.
- » **Usuń pasek:** przesun sworzeń do środka, aby odblokować, a następnie przechyl pasek od zegarka.

Włączanie i wyłączanie

Aby włączyć zegarek, naciśnij i przytrzymaj koronkę / przycisk zasilania (zobacz [Zegarek w skrócie](#)). Aby wyłączyć zegarek, naciśnij i przytrzymaj koronkę / przycisk zasilania przez kilka sekund, a następnie dotknij opcji **Wyłącz**.

Aby ponownie uruchomić zegarek, który przestał reagować, naciśnij i przytrzymaj jednocześnie koronkę / przycisk zasilania oraz przycisk boczny, aż ekran zgaśnie. Więcej informacji na temat ponownego uruchamiania lub resetowania zegarka znajduje się w sekcji [Restart lub resetowanie](#).

Ładowanie

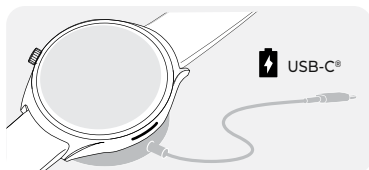
Użyj magnetycznej podkładki ładującej znajdującej się w pudełku, aby naładować zegarek.

- 1 Wyrównaj styki podkładki ładującej ze stykami ładowania na spodzie zegarka (zobacz [Zegarek w skrócie](#)), a następnie umieść zegarek na podkładce ładującej.

Uwaga: upewnij się, że styki ładowania są dokładnie wyrównane.

- 2 Podłącz kabel podkładki ładującej do zasilacza USB-C®.

Styki ładujące



Ostrzeżenie: nie należy używać uszkodzonego przewodu ładującego. Upewnij się, że styki są czyste i suche.



Parowanie i łączenie

Zegarek można sparować z telefonami z systemem Android 12 lub nowszym oraz Usługami Google Play w wersji 25 lub nowszej.

- » Aby sprawdzić wersję systemu Android na telefonie Motorola, przesunij palcem w górę na ekranie głównym i dotknij opcji  **Ustawienia** > Szukaj , a następnie wpisz **Wersja systemu Android**.
- » Aby sprawdzić wersję Usług Google Play na telefonie Motorola, dotknij i przytrzymaj  **Play Store** > **Informacje o aplikacji**. Numer wersji jest wyświetlany u dołu ekranu **Informacje o aplikacji**.

Pobieranie i instalowanie aplikacji zegarka

Użyj telefonu, aby zeskanować poniższy kod QR i pobrać aplikację  **Moto Watch** ze sklepu Google Play™. Aplikację można też pobrać na stronie motorola.com/mymotowatch.



Przyznawanie uprawnień aplikacji

- 1 Otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie.
- 2 Na ekranie **Uprawnienia** przyznaj uprawnienia dla opcji **Bluetooth, Powiadomienia i Lokalizacja**.
 - **Bluetooth:** dotknij opcji **Bluetooth** > **Zezwól**, aby zezwolić zegarkowi na znajdowanie i ustalanie lokalizacji urządzeń w pobliżu oraz nawiązywanie z nimi połączenia.
 - **Powiadomienia:** na telefonie przejdź do **Ustawienia** > **Aplikacje** > **Moto Watch** > Menu  > **Zezwól na ustawienia z ograniczonym dostępem**. Następnie wróć do ekranu **Uprawnienia** i dotknij opcji **Powiadomienia** > **Moto Watch** > **Zezwalaj na dostęp do powiadomień** > **Zezwól**.

Uwaga: przykłady w tym przewodniku przedstawiono na ekranach telefonów Motorola. Ścieżki dostępu do opcji **Zezwalaj na dostęp do powiadomień** mogą się różnić w zależności od telefonu. Szczegółowe informacje można uzyskać od producenta telefonu. Więcej informacji można znaleźć na stronie [Informacje o ograniczonych ustawieniach – pomoc Android](#).

- **Lokalizacja:** dotknij opcji **Lokalizacja > Zgadzam się > Podczas używania aplikacji** lub **Tylko tym razem**, a następnie wybierz **Zawsze zezwalaj** i upewnij się, że opcja **Używaj dokładnej lokalizacji** jest włączona.
- 3** Po usunięciu ograniczeń wróć do ekranu **Uprawnienia**, a następnie dotknij opcji **Dalej**.

Parowanie z telefonem

Włącz zegarek i umieść go w pobliżu telefonu. Gdy na zegarku pojawi się ekran parowania, wykonaj poniższe czynności, aby sparować urządzenia.



Ekran parowania

- 1** Otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie.
- 2** Dotknij opcji **Sparuj zegarek**, a następnie wybierz **moto watch ultra**.
Uwaga: gdy pojawi się wyskakujące okienko z prośbą o dostęp do zegarka, dotknij opcji **Zezwól**.
- 3** Dotknij opcji **Paruj**, gdy kod parowania Bluetooth na telefonie jest zgodny z kodem parowania na zegarku.
- 4** Zaloguj się na swoje konto Moto i konto Google.
Uwaga: aby uzyskać pełny dostęp podczas konfiguracji, wymagane są konto Moto i konto Google.
- 5** Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby zakończyć konfigurację.

Wskazówka: jeśli nie możesz nawiązać połączenia, uruchom ponownie lub zresetuj zegarek (zobacz [Restart lub resetowanie](#)).

Aby przenieść zegarek na nowy telefon, zapoznaj się z sekcją [Przenoszenie zegarka](#).

Konfiguracja zegarka

eSIM i połączenie komórkowe

Zegarek obsługuje kartę eSIM (wbudowaną kartę SIM). Odbieraj wiadomości tekstowe i alerty oraz wykonuj i odbieraj połączenia, nawet gdy nie masz przy sobie smartfona.

Ścieżka: przesun palcem w dół na tarczy zegarka i dotknij opcji Ustawienia  > **Łączność** > **Sieć komórkowa**.

- » **Wyszukiwanie numeru identyfikacyjnego eSIM (EID):** dotknij pozycji **Stan karty SIM**.

Numer EID znajduje się na dole tego menu.

- » **Dodawanie zegarka do abonamentu komórkowego:**

1 Dotknij opcji **Sieć komórkowa** i upewnij się, że stan jest ustawiony na **Automatycznie**.

2 Otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie.

3 Przejdź do **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **Sieć komórkowa** > **Dodaj eSIM**.

Wskazówka: szczegółowych informacji o aktywacji udzieli operator.

- » **Wyłączanie danych komórkowych:** dotknij opcji **Sieć komórkowa**, wybierz **Wyłączone**, a następnie dotknij ikony Zatwierdź .

- » **Ustawianie limitu użycia danych:** dotknij opcji **Użycie danych**, włącz **Ustaw limit danych**, a następnie dotknij ikony Zatwierdź . Możesz dostosować ustawienia **Limit danych** i **Poziom ostrzeżenia** oraz wyświetlić pozycję **Użycie przez aplikacje**.

Połączenie Wi-Fi

Zegarek obsługuje sieci Wi-Fi. Dopóki funkcja Wi-Fi w zegarku jest włączona, będzie on automatycznie łączyć się z sieciami Wi-Fi zapisanymi w telefonie.

Aby połączyć się z inną siecią Wi-Fi:

- 1** Przesun palcem w dół na tarczy zegarka i dotknij opcji Ustawienia  > **Łączność** > **Wi-Fi**.

Jeśli funkcja Wi-Fi jest wyłączona, włącz przełącznik.

- 2** Dotknij opcji **Dodaj sieć**.

Jeśli sieć wymaga hasła, dotknij pozycji **Hasło**. Po wyświetleniu monitu wprowadź hasło na zegarku.

Bezpieczeństwo i sytuacje awaryjne

Zapisz w zegarku informacje na wypadek sytuacji awaryjnych i dostosuj ustawienia bezpieczeństwa.

Ustawienia bezpieczeństwa na telefonie

- 1** Otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie.

- 2** Przejdź do **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **Bezpieczeństwo i sytuacje awaryjne**, a następnie włącz opcje **Alarmowe SOS** i **Wykrywanie upadku**.

3 Dotknij opcji, aby ją dostosować:

- **Kontakty alarmowe:** wyznacz swoje kontakty alarmowe.
- **Kontakt główny:** ustaw domyślny kontakt alarmowy.
- **Informacje medyczne:** wprowadź imię i nazwisko, adres, informacje o alergiach, grupę krwi oraz inne informacje medyczne, które mają być dostępne w sytuacji awaryjnej.

Ustawienia bezpieczeństwa na zegarku

Ścieżka: przesun palcem w dół na tarczy zegarka i dotknij opcji Ustawienia  > **Bezpieczeństwo i sytuacje awaryjne.**

Dotknij opcji, aby ją dostosować:

- » **Alarmowe SOS:** wysyłanie wiadomości SOS do kontaktów alarmowych po pięciokrotnym naciśnięciu koronki.
- » **Wykrywanie upadku:** automatyczne nawiązywanie połączenia z kontaktem alarmowym, gdy zegarek wykryje poważny upadek.

Blokowanie i odblokowywanie zegarka

Użyj blokady ekranu, aby chronić dane osobowe zapisane w zegarku.

Konfiguracja blokady ekranu

Zabezpiecz zegarek wzorem lub kodem PIN i wybierz metodę odblokowywania, która najbardziej Ci odpowiada.

Ścieżka: przesun palcem w dół na tarczy zegarka i dotknij opcji Ustawienia  > **Bezpieczeństwo > Blokada ekranu.**

Wybierz rodzaj blokady ekranu i postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby ją skonfigurować:

- » **Wzór:** narysuj wzór, aby odblokować zegarek.
- » **Kod PIN:** wprowadź cztery cyfry, aby odblokować zegarek.
- » **Brak:** wyłącz blokadę ekranu.

Blokowanie i odblokowywanie

- » **Blokowanie:** aby zablokować zegarek, zakryj jego ekran dłonią.
- » **Odblokowywanie:** przy włączonym ekranie zegarka wprowadź ustawiony kod PIN lub narysuj ustawiony wzór.

Nie pamiętasz kodu PIN ani wzoru zegarka?

Jeśli nie pamiętasz kodu PIN ani wzoru odblokowania zegarka, musisz zresetować zegarek i skonfigurować go ponownie.

- 1 Upewnij się, że pamiętasz konto Google powiązane z zegarkiem oraz jego hasło. Będą potrzebne podczas konfiguracji po zresetowaniu.
- 2 Resetowanie zegarka: otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie. Przejdź do **Zegarek > Ustawienia zegarka > System > Rozłącz i zresetuj > Resetuj**.
- 3 Po zakończeniu resetowania wykonaj kroki 1-3 z sekcji [Parowanie z telefonem](#).
- 4 Gdy na zegarku pojawi się prośba o podanie poprzedniego kodu PIN lub wzoru, przesun palcem w górę i dotknij opcji **Użyj mojego konta Google**.
- 5 Przeprowadź weryfikację konta na telefonie.
Po zakończeniu weryfikacji możesz dokończyć konfigurację zegarka i utworzyć nowy kod PIN lub wzór odblokowania.

Wprowadzanie tekstu na zegarku

Zarządzaj klawiaturami i innymi metodami wprowadzania.

Ścieżka: przesun palcem w dół na tarczy zegarka, aby otworzyć [Szybkie ustawienia](#), a następnie dotknij opcji Ustawienia  > **System > Metody wprowadzania**.

- » **Inteligentna odpowiedź:** włącz lub wyłącz opcję **Inteligentna odpowiedź**. Funkcja Inteligentna odpowiedź proponuje szybkie odpowiedzi na podstawie otrzymanej wiadomości, dzięki czemu możesz odpowiedzieć jednym dotknięciem.
- » **Języki w Gboard:** dotknij kolejno **Gboard > Języki**, a następnie dotknij języka, który chcesz dodać. W menu Gboard możesz też skonfigurować ustawienia ogólne, takie jak wibracje klawiatury.
- » **Klawiatury:** dotknij opcji **Zarządzaj klawiaturami**, a następnie włącz **Gboard** i **Wprowadzanie głosowe w Google** lub je wyłącz.

Noszenie zegarka

Poluzuj pasek i umieść zegarek na nadgarstku. Dopasuj pasek, aż będzie dobrze przylegać, a następnie mocno go zapnij.

Ostrzeżenie: w przypadku wystąpienia podrażnienia skóry należy zaprzestać używania zegarka i zasięgnąć porady lekarskiej.



- » Upewnij się, że zegarek wygodnie leży na nadgarstku, a pasek nie jest ani za luźny, ani za ciasny. Aby dokładniej śledzić trening, zapnij pasek nieco ciaśniej niż zwykle.
- » Unikaj noszenia zegarka przez dłuższy czas, gdy jest mokry, ponieważ może to podrażniać skórę.
- » Od czasu do czasu zdejmuj zegarek, aby skóra mogła oddychać, a nadgarstek odpocząć.
- » Preferowany nadgarstek (lewy lub prawy) możesz wybrać w aplikacji  **Moto Watch** lub bezpośrednio na zegarku (zobacz [Wyświetlacz](#)).

Koronka i przycisk boczny

Koronka / przycisk zasilania

Wybierz spośród tych opcji:

- » **Włączanie i wyłączanie:** naciśnij i przytrzymaj koronkę / przycisk zasilania, aby włączyć, wyłączyć lub ponownie uruchomić zegarek.
- » **Wykonywanie połączeń alarmowych:** naciśnij koronkę pięć razy. Możesz też nacisnąć i przytrzymać koronkę, a następnie dotknąć opcji **Alarmowe SOS** (zobacz [Bezpieczeństwo i sytuacje awaryjne](#)).
- » **Wyświetlanie informacji medycznych:** naciśnij i przytrzymaj koronkę, a następnie dotknij opcji **Informacje medyczne**.
- » **Otwieranie listy aplikacji:** gdy ekran zegarka jest włączony, na tarczy zegarka naciśnij raz koronkę, aby otworzyć listę aplikacji.
- » **Powrót do tarczy zegarka:** na dowolnym ekranie innym niż tarcza zegarka naciśnij raz koronkę, aby wrócić do tarczy zegarka.
- » **Otwieranie Portfela Google:** naciśnij dwukrotnie koronkę.

Przycisk boczny

Wybierz spośród tych opcji:

- » **Wyświetlanie ostatnich aplikacji:** naciśnij przycisk boczny, aby otworzyć listę ostatnio używanych aplikacji. Naciśnij ponownie, aby przełączyć się na ostatnio używaną aplikację.
- » **Uruchamianie Google Gemini/Asystenta Google:** naciśnij i przytrzymaj przycisk boczny.

Wykonanie zrzutu ekranu

Za pomocą koronki i przycisku bocznego możesz wykonać zrzut ekranu zegarka.

- » **Włączanie zrzutów ekranu:** przesunij palcem w dół na tarczy zegarka i dotknij opcji Ustawienia  > **Gesty**, a następnie włącz opcję **Zrzut ekranu**.
- » **Wykonywanie zrzutu ekranu:** gdy ekran zegarka jest włączony, naciśnij jednocześnie koronkę i przycisk boczny. Zrzut ekranu zostanie automatycznie zapisany w albumie ze zdjęciami w telefonie.

Nawigacja

Przesuń palcem po tarczy zegarka, aby przeglądać różne treści.

Uwaga: aby zapobiec uszkodzeniu ekranu zegarka, unikaj uderzania go ostrymi przedmiotami lub wywierania nadmiernego nacisku.



Na tarczy zegarka:

- » Przesuń palcem w dół lub przewiń w dół koronką, aby otworzyć [Szybkie ustawienia](#).
- » Przesuń palcem w górę lub przewiń w górę koronką, aby otworzyć [Powiadomienia](#).
- » Przesuń palcem w lewo lub w prawo, aby wyświetlić [Kafelki](#).

Wskazówka: aby zobaczyć samouczek nawigacji, przesunij palcem w dół na tarczy zegarka i dotknij opcji Ustawienia  > **Wskazówki** > **Samouczek**.

Tarcza zegarka

Dostosuj tarczę zegarka do swojego stylu.

Zmiana tarczy zegarka na ekranie zegarka

- 1 Dotknij i przytrzymaj tarczę zegarka, aby przejść do trybu edycji.

Wskazówka: aby zapobiec zmianie tarczy zegarka po dotknięciu i przytrzymaniu ekranu, przesun palcem w dół na tarczy zegarka i dotknij opcji Ustawienia  > **Gesty**, a następnie wyłącz opcję **Dotknij i przytrzymaj tarczę zegarka, aby ją zmienić**.

- 2 Przesun palcem w lewo lub w prawo, a następnie dotknij tarczę zegarka, aby ją wybrać.

Możesz też dotknąć ikony Edytuj , aby dostosować tarczę zegarka, a następnie obrócić koronkę, aby wybrać kolor. Wciśnij raz koronkę, aby opuścić tryb edycji.

Zmiana tarczy zegarka na telefonie

Ścieżka: otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie, a następnie **dotknij kolejno Zegarek > Tarcza zegarka**.

- » **Wybór nowej tarczy zegarka:** dotknij wybranej tarczy zegarka. Możesz też dotknąć ikony **Play Store**, aby znaleźć więcej tarcz zegarka. Aby dostosować wybraną tarczę zegarka, **dotknij opcji Dostosuj**.
- » **Zarządzanie ulubionymi tarczami zegarka:** dotknij ikony Edytuj  w prawym górnym rogu.
- » **Ustawianie własnego zdjęcia jako tarczy zegarka:**
 - 1 Wybierz tarczę zegarka **Zdjęcie**, a następnie dotknij opcji **Dostosuj**.



Tarcza zegarka ze zdjęciem

- 2 Dotknij ikony Dodaj , aby przesłać obraz z telefonu, a następnie wybierz układ i kolor.
- 3 Dotknij opcji **Zapisz**.

Szybkie ustawienia

Sprawdź status zegarka i dostosuj ustawienia za pomocą szybkich ustawień.

Ścieżka: przesun palcem w dół na tarczy zegarka.

Uwaga: ekran zegarka może się różnić.



Aby wyświetlić wszystkie szybkie ustawienia, przesunąć palcem w górę lub w dół albo przewiń listę, obracając koronkę.

Ikony	
Blokada dotyku	Znajdź swój telefon
Tryb samolotowy	Tryb Nie przeszkadzać (zob. Tryby)
Latarka	Tryb kinowy (zob. Tryby)
Jasność (zob. Wyświetlacz)	Bateria
Tryb uśpienia (zob. Tryby)	Dźwięk
Ustawienia	

Kafelki

Kafelki to skróty do aplikacji i funkcji w zegarku.

Ścieżka: przesunąć palcem w lewo lub w prawo na tarczy zegarka.

- » Aby zarządzać kafelkami na zegarku, dotknij dowolnego kafelka i przytrzymaj go.



Zmień kolejność kafelków.

Wyświetl i dodaj inne kafelki.

- » Aby zarządzać kafelkami na telefonie, otwórz aplikację **Moto Watch** i dotknij kolejno **Zegarek** > **Kafelki**.
- Aby przenieść kafelek, dotknij go i przytrzymaj, a następnie przeciągnij w wybrane miejsce.
 - Aby usunąć kafelek z zegarka, dotknij ikony Usuń .
 - Aby dodać kafelek do zegarka, dotknij ikony Dodaj .

Powiadomienia

Panel powiadomień

Sprawdź powiadomienia, wydarzenia i nieodebrane połączenia na panelu powiadomień.

Ścieżka: przesunąć palcem w górę na tarczy zegarka.

- » Aby wyświetlić szczegóły, dotknij powiadomienia.
- » Aby usunąć powiadomienie, przesunąć po nim palcem.
- » Aby wyczyścić wszystkie powiadomienia, przewiń w dół i dotknij opcji **Wyczyść wszystko**.

Zezwolenie aplikacjom na wysyłanie powiadomień

Określ, które aplikacje mogą wysyłać powiadomienia na zegarek.

Powiadomienia aplikacji na telefonie

Zezwól na wyświetlanie na zegarku powiadomień z aplikacji na telefonie, takich jak Telefon, Wiadomości czy Kalendarz.

Ścieżka: otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie, a następnie dotknij kolejno **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **Powiadomienia** > **Powiadomienia aplikacji**.

Powiadomienia aplikacji na zegarku

Zarządzaj powiadomieniami z aplikacji zainstalowanych w zegarku.

Ścieżka: przesunąć palcem w dół na tarczy zegarka, aby otworzyć [Szybkie ustawienia](#), a następnie dotknij opcji Ustawienia  > **Aplikacje i powiadomienia** > **Powiadomienia**. Dotknij opcji **Pokaż wszystkie**, wybierz aplikację i włącz **Powiadomienia** lub dostosuj jej kategorie powiadomień.

Preferencje powiadomień

Dostosuj ogólne ustawienia powiadomień zegarka.

Ścieżka: otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie, a następnie dotknij kolejno **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **Powiadomienia**.

Możesz wyciszać powiadomienia o połączeniach na telefonie, gdy masz na sobie zegarek, wyciszać powiadomienia na zegarku, gdy aktywnie korzystasz z telefonu, i wiele więcej. W zależności od potrzeby włącz lub wyłącz poszczególne opcje.

Pielęgnacja zegarka

Odporność na wodę i kurz.

Odporność na wodę i kurz zgodna z normą IP68 oraz odporność na wodę pod ciśnieniem do 5 atm zostały przetestowane w kontrolowanych warunkach laboratoryjnych. Wytrzymałe zanurzenie w stojącej, słodkiej wodzie na głębokość do 1,5 metra przez okres do 30 minut oraz w wodzie pod ciśnieniem na głębokość do 50 metrów przez okres do 10 minut. Gwarancja nie obejmuje warunków wykraczających poza te normy. Odporność będzie spadać w wyniku normalnego zużycia. Nie należy wystawiać urządzenia na działanie strumieni wody pod ciśnieniem lub płynów innych niż słodka woda. Nie należy ładować mokrego urządzenia. Urządzenie jest zaprojektowane pod kątem ochrony przed wnikaniem stałych ciał obcych o dowolnym rozmiarze. Urządzenie nie jest całkowicie wodoszczelne.

Aby zapobiec uszkodzeniu produktu przez wodę:

- » Należy dokładnie osuszyć produkt i jego gniazda miękką, czystą szmatką.
- » Nie należy upuszczać, zarysować ani dziurawić produktu, ponieważ może to spowodować uszkodzenie zabezpieczeń chroniących przed przedostaniem się wody.

Czyszczenie zegarka

- » Nie należy zanurzać produktu w środkach czyszczących ani używać środków czyszczących zawierających wybielacze lub środki ściernie.
- » Po ćwiczeniach lub spoceniu się należy oczyścić nadgarstek i pasek.
- » Delikatnie wyczyść zegarek miękką, suchą szmatką. W razie potrzeby do czyszczenia zegarka należy używać chusteczek lub ściereczek zwilżonych alkoholem izopropylowym o stężeniu 70% (przeznaczonym do produktów elektrycznych i elektronicznych).

Aplikacje

[Lista aplikacji](#) | [Instalowanie i odinstalowywanie aplikacji](#) | [Połączenia i wiadomości](#) | [Elementy sterujące multimediami](#) | [Sterowanie aparatem](#) | [Motorola Qira](#) | [Narzędzia](#) | [Więcej aplikacji](#)

Lista aplikacji

Na liście aplikacji wyświetlane są wszystkie aplikacje dostępne na zegarku. Na liście aplikacji wybierz aplikację, aby ją otworzyć.

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka.

Uwaga: dostępne aplikacje mogą się różnić w zależności od wersji oprogramowania.

Aby zmienić sposób wyświetlania aplikacji na zegarku, przewiń koronką w górę do końca listy aplikacji, a następnie dotknij opcji **Widok siatki** lub **Widok listy**.

Instalowanie i odinstalowywanie aplikacji

Instalowanie aplikacji na zegarku

- 1 Naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij ikony  **Play Store**.
- 2 Wybierz kategorię lub dotknij ikony wyszukiwania Q.
- 3 Wybierz odpowiednią aplikację i dotknij opcji **Zainstaluj**.

Instalowanie aplikacji na zegarku z poziomu telefonu

- 1 Otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie.
- 2 Dotknij kolejno **Zegarek** > **Play Store**.
- 3 Wybierz odpowiednią aplikację i dotknij opcji **Zainstaluj**.

Odinstalowywanie aplikacji

Odinstaluj pobrane aplikacje.

- 1 Naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij i przytrzymaj aplikację, którą chcesz usunąć.
- 2 Dotknij opcji **Odinstaluj**.

Uwaga: ta opcja nie jest dostępna dla wszystkich aplikacji.

Połączenia i wiadomości

Kontakty

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Kontakty**.

Podczas konfiguracji możesz zezwolić na dostęp do listy kontaktów w telefonie, zarządzając połączonym kontem Google.

Wymagania dotyczące połączenia

Z poziomu zegarka możesz nawiązywać i odbierać połączenia oraz wysyłać i odbierać wiadomości tekstowe, jeśli zegarek korzysta z własnej usługi sieci komórkowej (więcej informacji znajduje się w sekcji [eSIM i połączenie komórkowe](#)) lub jest połączony z telefonem z aktywną usługą sieci komórkowej.

Wykonywanie połączenia

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Telefon**.

Aby nawiązać połączenie, dotknij ulubionego kontaktu, ostatniego kontaktu lub kontaktu z listy **Kontakty**. Możesz też dotknąć klawiatury numerycznej, wprowadzić numer telefonu, a następnie dotknąć ikony połączenia .

Wysyłanie wiadomości

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Wiadomości**.

- 1 Dotknij opcji  **Rozpocznij czat**.
- 2 Znajdź kontakt na jeden z następujących sposobów:
 - Dotknij ikony mikrofonu , aby wypowiedzieć polecenie głosowe.
 - Dotknij ikony klawiatury , aby wyszukać kontakt.
 - Dotknij ikony klawiatury numerycznej , a następnie wprowadź numer.
 - Przewiń, a następnie dotknij opcji **Kontakty**.
- 3 Dotknij kontaktu lub dodaj kolejne kontakty, a następnie dotknij ikony czatu .

- 4 Dotknij podpowiedzi, aby wysłać ją bezpośrednio, albo napisz własną wiadomość i wyślij ją:

Wskazówka: szczegółowe informacje o metodach wprowadzania znajdziesz w sekcji [Wprowadzanie tekstu na zegarku](#).

- Dotknij ikony emoji 😊, aby dołączyć emoji.
- Dotknij ikony mikrofonu 🎤, aby dyktować tekst.
- Dotknij ikony klawiatury ⌨, aby wpisać tekst.



- 5 Dotknij ikony wysyłania ➤.

Elementy sterujące multimediami

Steruj odtwarzaniem multimediiów na połączonym telefonie za pomocą zegarka lub odtwarzaj multimedia z zegarka.

Ostrzeżenie: aby uniknąć uszkodzenia słuchu, nie należy słuchać dźwięków o wysokiej głośności przez długi czas.



Odtwarzanie multimediiów telefonu na zegarku

- 1 Odtwarzaj multimedia na swoim telefonie.
- 2 Naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij opcji  **Elementy sterujące multimediami**.

Możesz też przesunąć palcem w lewo lub w prawo na tarczy zegarka, aby otworzyć kafelek **Elementy sterujące multimediami** po jego dodaniu do zegarka (więcej informacji znajduje się w sekcji [Kafelki](#)).



Odtwarzanie multimediiów z zegarka

Słuchaj muzyki na zegarku przez sieć komórkową lub Wi-Fi, korzystając z aplikacji takich jak  **YouTube Music** lub [Instalowanie aplikacji na zegarku](#).

Słuchanie multimedialnych z zegarka za pomocą słuchawek dousznych

Połącz słuchawki douszne Bluetooth z zegarkiem i słuchaj przez nie muzyki.

- 1 Przesuń palcem w dół na tarczy zegarka i dotknij opcji Ustawienia  > **Łączność** > **Bluetooth**.
- 2 Upewnij się, że słuchawki Bluetooth są w trybie parowania.
- 3 Wybierz swoje słuchawki z listy dostępnych urządzeń.

Sterowanie aparatem

Używaj zegarka jako pilota do zdalnego sterowania aparatem telefonu, gdy oba urządzenia są połączone.

- 1 Skieruj aparat telefonu na fotografowany obiekt.
- 2 Na zegarku naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij opcji  **Sterowanie aparatem**.
- 3 Na zegarku zezwól na dostęp.
- 4 Wybierz tryb i dotknij opcji Zdjęcie , aby zrobić zdjęcie, lub Video , aby rozpocząć nagrywanie.

Wskazówka: aby zatrzymać nagrywanie, dotknij ikony Zatrzymaj .



Motorola Qira

Zadaj asystentowi Motorola Qira dowolne pytanie. Aby korzystać z asystenta Motorola Qira na zegarku, sparuj zegarek z telefonem Motorola, który go obsługuje.

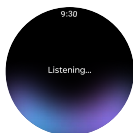
Uwagi:

- » Dostęp do wszystkich usług AI wymaga zalogowania się do Moto ID.
- » Wyniki wygenerowane przez AI mogą zawierać nieścisłości lub być obarczone uprzedzeniami.

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Motorola Qira**.

Możesz też podnieść nadgarstek, jeśli w sekcji **Gesty** włączono funkcję „Podnieś, aby mówić” jako skrót do Motorola Qira.

Wskazówka: zegarek podświetla się w momencie aktywacji Motorola Qira.



- » **Rozmowa z Motorola Qira:** zadaj pytanie, na przykład „Jakie jest moje aktualne tętno?”.
- » **Personalizacja:** otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie. Następnie dotknij kolejno **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **Motorola Qira**.

Narzędzia

Poniższe aplikacje to przydatne narzędzia dostępne na zegarku.

Alarm

Ustawiaj i zarządzaj alarmami na zegarku.

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Alarm**.

- » **Ustawianie alarmu:** dotknij ikony Dodaj , ustaw godzinę alarmu, a następnie dotknij ikony Zatwierdź . Alarm pojawi się na liście alarmów.
 - Aby włączyć lub wyłączyć alarm, dotknij przełącznika obok niego.
 - Aby edytować alarm, dotknij alarmu na liście. Zmień godzinę alarmu, wybierz, czy alarm ma się powtarzać, albo wyłącz opcję **Wibracje** lub **Dźwięk** w razie potrzeby.
- » **Drzemka lub wyłączenie alarmu:** gdy alarm zabrzmi, zakryj ekran zegarka dłonią, naciśnij koronkę/przycisk boczny albo dotknij ikony Drzemka , aby odłożyć alarm o 10 minut. Możesz także dotknąć Zatrzymaj , aby go wyłączyć.
- » **Usuwanie alarmów:** na liście alarmów przesunij palcem w lewo na alarmie, a następnie dotknij opcji **Usuń**.

Instant Memo

Nagrywaj dźwięk na zegarku.

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Instant Memo**.

- » **Rozpoczynanie nagrywania:** dotknij ikony Nagraj .
- » **Wstrzymywanie lub wznowianie:** dotknij ikony Pauza , aby tymczasowo wstrzymać nagrywanie. Dotknij ikony Odtwórz , aby wznowić. Dotknij ikony Zatrzymaj , aby zakończyć nagrywanie.
- » **Odtwarzanie lub usuwanie:** po zakończeniu dotknij notatki, aby odtworzyć nagranie. Aby ją usunąć, dotknij ikony Usuń .

Znajdź swój telefon

Użyj zegarka, aby znaleźć sparowany telefon, o ile oba urządzenia są połączone.

- 1 Przesuń palcem w dół na tarczy zegarka i dotknij ikony Znajdź .

Możesz także nacisnąć raz koronkę na tarczy zegarka, aby otworzyć listę aplikacji, a następnie dotknąć ikony  **Znajdź mój telefon**.

- 2 Dotknij ikony Zatwierdź , aby telefon zadzwonił.
- 3 Dotknij ikony Zatrzymaj , aby zatrzymać dzwonek.

Latarka

Oświeclaj ciemne miejsca za pomocą zegarka.

- 1 Przesuń palcem w dół na tarczy zegarka i dotknij opcji Latarka .

Możesz także nacisnąć raz koronkę na tarczy zegarka, aby otworzyć listę aplikacji, a następnie dotknąć opcji  **Latarka**.

- 2 Dotknij ekranu, aby wybrać stałe światło białe lub czerwone.
- 3 Aby wyłączyć latarkę, dotknij ekranu albo naciśnij koronkę lub przycisk boczny.

Stoper

Odmierzaj czas za pomocą stopera w zegarku.

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Stoper**.

Minutnik

Minutniki w zegarku mogą pomóc w śledzeniu czasu.

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Minutnik**.

Wybierz wstępnie ustawiony czas trwania (np. **1, 3, 5** lub **10** minut). Możesz także dotknąć opcji **Niestandardowy**, aby ustawić własny czas trwania.

Kompas

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Kompas**.

Pogoda

Wyświetlaj informacje o pogodzie na zegarku.

Ścieżka: na tarczy zegarka przesunąć palcem w lewo lub w prawo, aby otworzyć kafelek **Pogoda**

Możesz także nacisnąć raz koronkę na tarczy zegarka, aby otworzyć listę aplikacji, a następnie dotknąć ikony  **Pogoda**.

» **Sprawdzanie pogody:** obróć koronkę, aby wyświetlić więcej szczegółów. Przesunąć palcem w prawo, aby zakończyć.

Wskazówka: dotknij bieżącej lokalizacji u góry ekranu, aby wyświetlić, zmienić lub dodać lokalizację.

» **Personalizacja sposobu wyświetlania pogody:** otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie. Dotknij kolejno **Zegarek > Ustawienia zegarka > Pogoda**.

Zegar światowy

Śledź aktualny czas w wielu miastach.

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Zegar światowy**.

» **Dodawanie miasta:** przewiń koronką na sam dół, a następnie dotknij opcji Dodaj .

» **Usuwanie miasta:** przesunąć palcem w lewo na nazwie miasta i dotknij opcji **Usuń**.

Więcej aplikacji

Google Gemini/Asystent Google

Ścieżka: naciśnij i przytrzymaj przycisk boczny.

Ćwiczeniami możesz sterować za pomocą asystenta AI. Na przykład powiedz „rozpocznij bieg”.

Płatności za pomocą zegarka

Za zakupy możesz płacić za pomocą aplikacji  **Portfel Google** (preinstalowanej w zegarku) tam, gdzie jest ona dostępna i obsługiwana.

Ścieżka: naciśnij dwukrotnie koronkę.

Aby włączyć lub wyłączyć NFC, przesun palcem w dół na tarczy zegarka i dotknij opcji Ustawienia  > **Łączność** > **NFC**.

Mapy

Pobieraj wskazówki dojazdu w aplikacji Google Maps™.

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij ikony  **Mapy**.

Fitness i zdrowie

Ostrzeżenie: to nie jest urządzenie medyczne i nie jest przeznaczone do diagnozowania ani monitorowania jakichkolwiek stanów chorobowych.



[Dzienne aktywności](#) | [Trening](#) | [Zdrowie](#) | [Dane fitness i zdrowotne](#)

Dzienne aktywności

Sprawdź na zegarku swoje dzienne wyniki, takie jak kroki, czas aktywności czy kalorie aktywne, wraz z ustawionymi dla nich celami.

Ścieżka: na tarczy zegarka przesun palcem w lewo lub w prawo, aby otworzyć kafelek **Dzienne aktywności**.

Możesz też dotknąć aplikacji  **Moto Watch** na telefonie > **Zdrowie**. Twoje dzienne aktywności pojawią się na karcie z trzema pierścieniami.

Dotknij kafelka/karty, aby wyświetlić szczegóły.

Trening

Rejestruj treningi i monitoruj postępy

Ścieżka: na tarczy zegarka przesun palcem w lewo lub w prawo, aby otworzyć kafelek **Trening**.

Możesz także nacisnąć raz koronkę na tarczy zegarka, aby otworzyć listę aplikacji, a następnie dotknąć ikony  **Trening**.

- » **Rozpoczynanie treningu:** wybierz tryb treningu albo dotknij opcji **Więcej** i dokonaj wyboru.
- » **Personalizacja ustawień treningu:** otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie. Następnie dotknij kolejno **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **Zdrowie i fitness**.

Zdrowie

Aplikacja Zdrowie pozwala planować i śledzić różne aspekty codziennego życia wpływające na samopoczucie, takie jak aktywność fizyczna i sen.

Zarządzanie celami dziennej aktywności i snu

Dostosuj na telefonie cele dziennej aktywności i snu.

Ścieżka: otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie, a następnie dotknij kolejno **Moja strona** > **Cele fitness**.

- » **Cele dziennej aktywności:** dotknij kolejno **Dzienne aktywności**, **Czas aktywności**, **Kroki** oraz **Kalorie aktywne**, aby ustawić odpowiednie cele. Włącz powiadomienia, aby otrzymywać alerty po osiągnięciu celów.
- » **Cel snu:** dotknij kolejno **Cel snu** > **Cel snu**, aby ustawić docelową długość snu w ciągu nocy.

Wskazówka: dotknij opcji **Przypomnienie o wyciszeniu przed snem**, a następnie włącz opcję **Używaj przypomnienia o wyciszeniu przed snem** i ustaw godzinę przypomnienia, które pomoże Ci przygotować się do snu.

Wskaźniki zdrowia

Przeglądaj swoje wskaźniki zdrowia, w tym sen, Nocną regenerację i inne.

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Zdrowie**.

Alert tętna

Twój zegarek może mierzyć i rejestrować tętno.

Możesz otrzymywać powiadomienia na zegarku, gdy Twoje tętno jest wyższe lub niższe od ustawionej wartości tętna spoczynkowego.

Ścieżka: przesunij palcem w lewo lub w prawo na tarczy zegarka, aby otworzyć kafelek **Tętno**.

- » **Pomiar:** dotknij kafelek, a następnie dotknij opcji **Zmierz**. Obróć koronkę, aby wyświetlić więcej informacji.
- » **Dostosowanie częstotliwości pomiarów i alertów:** przewiń na sam dół i dotknij opcji **Ustawienia**.

Możesz też otworzyć aplikację  **Moto Watch** na telefonie. Następnie dotknij kolejno **Zegarek > Ustawienia zegarka > Zdrowie i fitness > Tętno**.

Stres

Twój zegarek może oszacować poziom stresu poprzez analizę zmienności tętna wraz z innymi sygnałami fizjologicznymi.

Ścieżka: przesunąć palcem w lewo lub w prawo na tarczy zegarka, aby otworzyć kafelek **Stres**.

- » **Pomiar:** dotknij kafełka, przewiń w górę, a następnie dotknij opcji **Zmierz**.
- » **Dostosowanie częstotliwości pomiarów i alertów:** przewiń na sam dół i dotknij opcji **Ustawienia**.

Możesz też otworzyć aplikację  **Moto Watch** na telefonie. Następnie dotknij kolejno **Zegarek > Ustawienia zegarka > Zdrowie i fitness > Stres**.

Natlenienie krwi

Twój zegarek może mierzyć poziom tlenu we krwi, aby pomóc Ci zrozumieć, jak dobrze tlen jest dostarczany do całego organizmu.

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Zdrowie > Natlenienie krwi**.

- » **Pomiar:** dotknij opcji **Zmierz**.
- » **Dostosowanie częstotliwości pomiarów i alertów:** obróć koronkę do samego dołu i dotknij opcji **Ustawienia**.

Możesz też otworzyć aplikację  **Moto Watch** na telefonie. Następnie dotknij kolejno **Zegarek > Ustawienia zegarka > Zdrowie i fitness > Natlenienie krwi**.

Uwaga: alert o niskim natlenieniu krwi jest dostępny tylko wtedy, gdy włączony jest automatyczny pomiar przez cały dzień.

Serene

Kiedy czujesz stres, możesz wykonać ćwiczenia oddechowe z pomocą zegarka.

Ścieżka: naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, a następnie dotknij  **Serene**.

Dane fitness i zdrowotne

Sprawdzanie danych fitness i zdrowotnych na telefonie.

Ścieżka: na telefonie otwórz aplikację  **Moto Watch > Zdrowie.**

- » **Wyświetlanie danych:** dotknij karty zdrowia, aby wyświetlić więcej szczegółów. Wybierz datę lub dotknij ikony Kalendarz  w prawym górnym rogu, aby wskazać datę.
- » **Dostosowanie kart:** dotknij ikony Ustawienia  w prawym górnym rogu. Wyświetlaj lub ukrywaj karty za pomocą przełączników albo dotknij karty i przytrzymaj ją, aby zmienić jej kolejność.

Ustawienia

[Łączność](#) | [Wyświetlacz](#) | [Gesty](#) | [Tryby](#) | [Dźwięk i wibracje](#) | [Bateria](#) | [Profil zdrowia](#) | [Lokalizacja](#) | [Przenoszenie zegarka](#)

Do aplikacji Ustawienia możesz przejść z tarczy zegarka lub z listy aplikacji:

- » Przesuń palcem w dół na tarczy zegarka, aby otworzyć [Szybkie ustawienia](#), a następnie dotknij opcji Ustawienia 
- » Naciśnij raz koronkę na tarczy zegarka, aby otworzyć listę aplikacji, a następnie dotknij ikony  **Ustawienia**.

Łączność

Ścieżka: [Ustawienia](#) > **Łączność**

- » **Bluetooth:** połącz z zegarkiem urządzenia Bluetooth, na przykład słuchawki douszne. Więcej informacji znajduje się w sekcji [Słuchanie multimediów z zegarka za pomocą słuchawek dousznych](#).
- » **Wi-Fi:** zobacz sekcję [Połączenie Wi-Fi](#).
- » **Sieć komórkowa:** zobacz sekcję [eSIM i połączenie komórkowe](#).
- » **NFC:** zobacz sekcję [Płatności za pomocą zegarka](#).

Tryb samolotowy

Tryb samolotowy pozwala wyłączyć wszystkie połączenia bezprzewodowe — przydaje się to podczas lotu.

Ścieżka: przesunąć palcem w dół na tarczy zegarka, aby otworzyć [Szybkie ustawienia](#), a następnie dotknij opcji Tryb samolotowy .

Uwaga: po wybraniu trybu samolotowego wszystkie usługi bezprzewodowe zostają wyłączone. Jeśli przepisy danej linii lotniczej na to zezwalają, możesz następnie ponownie włączyć Wi-Fi i/lub Bluetooth. Pozostałe bezprzewodowe usługi głosowe i transmisji danych (np. połączenia i wiadomości tekstowe) pozostają w trybie samolotowym wyłączone. Nadal można wykonywać połączenia alarmowe na numer alarmowy obowiązujący w danym regionie.

Wyświetlacz

Ścieżka: [Ustawienia](#) > Wyświetlacz

Możesz też na telefonie wybrać kolejno  **Moto Watch** > **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **Preferencje zegarka** > **Wyświetlacz**.

- » **Tarcze zegarka:** zmień tarcze zegarka (zobacz [Tarcza zegarka](#)).
- » **Jasność:** dostosuj jasność ekranu albo włącz lub wyłącz opcję **Jasność adaptacyjna**.
- » **Rozmiar wyświetlacza i tekstu:** dostosuj rozmiar tekstu i wyświetlacza lub włącz opcję **Pogrubiony tekst**.
- » **Czas do wygaszenia ekranu:** ustaw, jak długo ekran pozostaje włączony przy braku aktywności.
- » **Powrót do tarczy zegarka:** ustaw czas, po którym ekran wraca do tarczy zegarka przy braku aktywności.
- » **Ekran zawsze włączony:** wyświetlaj godzinę i datę nawet wtedy, gdy ekran jest uśpiony. Jednak po włączeniu tej funkcji bateria będzie się szybciej rozładowywać.



Przykłady zawsze włączonych ekranów

- » **Orientacja nadgarstka:** wybierz preferowany nadgarstek i położenie koronki.

Możesz też otworzyć na telefonie aplikację  **Moto Watch**. Dotknij kolejno **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **Preferencje nadgarstka**, a następnie wybierz preferowaną rękę i stronę przycisku.

Blokada dotyku

Blokada dotyku pozwala zapobiec przypadkowym dotknięciom ekranu podczas noszenia zegarka. W trybie blokady dotyku wyłączone zostają ekran dotykowy, gesty wybudzania oraz ekran zawsze włączony.

Ścieżka: przesunąć palcem w dół na tarczy zegarka, aby otworzyć [Szybkie ustawienia](#), a następnie dotknij opcji **Blokada dotyku** .

Aby wyjść z trybu blokady dotyku, naciśnij i przytrzymaj koronkę przez dwie sekundy.

Wskazówka: tryb blokady dotyku możesz też włączyć, wybierając kolejno [Ustawienia](#) > **Wyświetlacz** > **Blokada dotyku**.

Gesty

Dostosuj sposoby wybudzania ekranu, szybkie uruchamianie i inne opcje.

Ścieżka: [Ustawienia](#) > **Gesty**

Możesz też na telefonie wybrać kolejno  **Moto Watch** > **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **Preferencje zegarka** > **Gesty**.

- » **Wybudzanie ekranu:** włącz przełączniki obok opcji **Wybudzanie przechyleniem**, **Wybudzanie dotknięciem** lub **Wybudzanie obrotem koronki**, aby wybrać sposób wybudzania ekranu zegarka.
- » **Szybkie uruchamianie:** dotknij opcji **Dwukrotne naciśnięcie koronki** lub **Naciśnięcie i przytrzymanie przycisku bocznego**, a następnie przypisz do tego gestu aplikację lub funkcję.
- » **Podnieś, aby mówić:** aby uruchamiać [Google Gemini/Asystent Google](#) lub [Motorola Qira](#) samym uniesieniem nadgarstka, dotknij opcji **Podnieś, aby mówić**, a następnie włącz funkcję **Podnieś, aby mówić**.
- » **Zmiana tarczy zegarka:** włącz opcję **Dotknij i przytrzymaj tarczę zegarka, aby ją zmienić** — dzięki temu tarcze zegarka będziesz przełączać dotknięciem i przytrzymaniem bieżącej tarczy (zobacz [Tarcza zegarka](#)).
- » **Wykonywanie rzutów ekranu:** włącz opcję **Zrzut ekranu**, aby wykonywać rzuty ekranu przez jednoczesne naciśnięcie koronki i przycisku bocznego (zobacz [Wykonanie rzutu ekranu](#)).

Tryby

Ścieżka: przesunąć palcem w dół na tarczy zegarka, aby otworzyć [Szybkie ustawienia](#).

- » **Tryb Nie przeszkadzać (DND):** tryb DND wycisza powiadomienia i połączenia, tak aby nikt Ci nie przeszkadzał. Dotknij ikony DND , aby włączyć lub wyłączyć ten tryb. Aby dostosować ustawienia, dotknij i przytrzymaj ikonę DND .

- » **Tryb uśpienia:** tryb uśpienia minimalizuje zakłócenia, wyłączając wibracje i przyciemniając ekran. Twoje zaplanowane alarmy pozostaną aktywne. Dotknij ikony trybu uśpienia , aby włączyć lub wyłączyć ten tryb. Aby dostosować ustawienia, dotknij i przytrzymaj ikonę trybu uśpienia .

Wskazówka: aby wybudzić ekran w trybie uśpienia, naciśnij koronkę.

- » **Tryb kinowy:** tryb kinowy zapobiega włączaniu się ekranu i wycisza alerty w miejscach wymagających ciszy, na przykład w kinie. Dotknij ikony trybu kinowego , aby włączyć lub wyłączyć ten tryb. Aby dostosować ustawienia, dotknij i przytrzymaj ikonę trybu kinowego .

Dźwięk i wibracje

Personalizuj ustawienia dźwięku lub wibracji zegarka.

Dźwięk

Ścieżka: przesunąć palcem w dół na tarczy zegarka, aby otworzyć [Szybkie ustawienia](#), a następnie dotknij i przytrzymaj opcję Dźwięk .

- » **Przełączniki dźwięku:** gdy opcja **Wycisz dzwonek i powiadomienia** jest włączona, powiadomienia i połączenia przychodzące są wyciszane. Możesz też wyciszyć alarmy, dźwięki ładowania oraz Bezprzewodowe alerty alarmowe.
- » **Dostosowanie dźwięku:** dotknij opcji **Regulacja dźwięku**, aby użyć dźwięku mono lub zrównoważonego (zobacz [Wsparcie słuchu](#)).
- » **Ustawianie dzwonek:** dotknij opcji **Dzwonek zegarka**, a następnie wybierz żądany dzwonek.
- » **Regulacja głośności dźwięku:** dotknij opcji Zwiększ  lub Zmniejsz .

Wibracje

Ścieżka: [Ustawienia](#) > Wibracje

Ogólne wibracje i sygnały haptyczne

Włącz lub wyłącz przełączniki wibracji albo dotknij opcji Zwiększ  lub Zmniejsz , aby ustawić intensywność dla połączeń przychodzących, powiadomień i alarmów.

Zegarek wibracyjny

Funkcja Zegarek wibracyjny informuje o bieżącej godzinie za pomocą charakterystycznych wzorów wibracji. Dzięki temu możesz dyskretnie sprawdzić godzinę bez patrzenia na ekran.

Dotknij opcji **Zegarek wibracyjny**, a następnie włącz lub wyłącz funkcję **Zegarek wibracyjny**.

Dostępne mogą być również opcje pozwalające dostosować wzór lub siłę wibracji.

Bateria

Oszczędzanie baterii pomaga wydłużyć czas pracy baterii dzięki ograniczeniu niektórych funkcji.

Ścieżka: przesun palcem w dół na tarczy zegarka, aby otworzyć [Szybkie ustawienia](#), a następnie dotknij opcji Bateria .

Aby dostosować ustawienia, dotknij i przytrzymaj opcję Bateria .

Wskazówka: poziom naładowania baterii zegarka jest wyświetlany w sekcji Bateria .

Profil zdrowia

Ścieżka: [Ustawienia](#) > Profil zdrowia

Możesz też otworzyć aplikację  **Moto Watch** na telefonie, dotknąć opcji **Moja strona**, a następnie dotknąć swojego profilu.

Lokalizacja

Ścieżka: [Ustawienia](#) > Lokalizacja

Możesz włączyć lub wyłączyć opcję **Użyj lokalizacji**, zarządzać opcją **Uprawnienia aplikacji do lokalizacji** oraz zmieniać ustawienia funkcji **Usługa lokalizacji dla połączeń alarmowych i Dokładność lokalizacji**.

Przenoszenie zegarka

Przenieś zegarek na inny telefon z systemem Android.

- 1 Na zegarku przejdź do [Ustawienia](#) > **System** > **Przenieś zegarek** > Zatwierdź ✓
- 2 Na nowym telefonie otwórz  **Moto Watch** i wykonaj czynności opisane w sekcji [Parowanie i łączenie](#).

Jeśli przenoszenie się nie powiedzie:

- 1 Na zegarku dotknij opcji **Zrób to później**, aby anulować przenoszenie.
- 2 Przejdź do [Ustawienia](#) > **System** > **Rozłącz i zresetuj** > Zatwierdź ✓.
- 3 Wykonaj czynności opisane w sekcji [Parowanie i łączenie](#), aby ponownie połączyć zegarek z nowym telefonem.

Bezpieczeństwo i prywatność

[Uprawnienia i prywatność](#) | [Konta i kopia zapasowa](#) | [Aktualizacje](#)

Uprawnienia i prywatność

Ścieżka: [Ustawienia](#) > Aplikacje i powiadomienia

- » Dotknij opcji **Uprawnienia aplikacji**, aby sprawdzić, do jakich informacji — takich jak wydarzenia w kalendarzu, kontakty i lokalizacja — mają dostęp aplikacje, i zarządzać tym dostępem.
- » Dotknij opcji **Panel prywatności** i sprawdź, które aplikacje ostatnio korzystały z uprawnień na zegarku.

Konta i kopia zapasowa

Zaloguj się na konto Moto lub konto Google, aby uzyskać dostęp do pamięci w chmurze Moto lub Google.

- » **Konto Google:** służy do korzystania z usług Google na zegarku oraz do tworzenia kopii zapasowych obsługiwanych ustawień i danych zegarka w Google One.
- » **Konto Moto:** służy do synchronizowania danych zdrowotnych i fitness między zegarkiem, telefonem a chmurą Moto.

Konta i kopia zapasowa na zegarku

- » **Konto Google i kopia zapasowa:** przejdź do [Ustawienia](#) > **Google** > **Konta**, aby zarządzać kontami Google. Dotknij opcji **Kopia zapasowa** > **Włącz**, aby utworzyć kopię zapasową zegarka w Google One.
- » **Konto Moto:** przejdź do [Ustawienia](#) > **Konto Moto**, aby nim zarządzać.

Konta i kopia zapasowa na telefonie

- » **Konto Google i kopia zapasowa:** otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie i dotknij kolejno **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **Google** > **Konta**, aby zarządzać kontami Google. Dotknij opcji **Kopia zapasowa Google One** > **Włącz**, aby utworzyć kopię zapasową danych zegarka w Google One.
- » **Konto Moto:** otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie i dotknij pozycji **Moja strona** > **Synchronizuj dane z chmurą**, a następnie włącz opcję **Synchronizuj dane z chmurą**.

Aktualizacje

Dbaj o aktualność zegarka i telefonu — pomagają to rozwiązywać problemy z parowaniem i działaniem aplikacji.

Uwaga: niektóre aplikacje wymagają uprawnień zarówno na telefonie, jak i na zegarku. Do aktualizacji aplikacji wymagane jest połączenie z internetem.

Sprawdzanie informacji o wersji

Aby sprawdzić aktualny numer kompilacji i poziom aktualizacji zabezpieczeń Androida, przejdź do **Ustawienia** > **System** > **Informacje**.

Aktualizacja na zegarku

- » **Aktualizacja oprogramowania układowego zegarka:** przejdź do **Ustawienia** > **System** > **Aktualizacje systemu**.
- » **Aktualizacja aplikacji zegarka:** na tarczy zegarka naciśnij raz koronkę, dotknij ikony  **Play Store**, przewiń w dół, a następnie dotknij **Zarządzaj aplikacjami** > **Aktualizuj wszystko**.

Aktualizacja z poziomu telefonu

Aktualizacja oprogramowania układowego zegarka

- 1 Na telefonie otwórz aplikację  **Moto Watch**.
- 2 Przejdź do **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **System** > **Aktualizacje systemu**. Wykonaj dowolną z następujących czynności:
 - **Sprawdzanie aktualizacji:** dotknij pozycji **Stan aktualizacji** > **Sprawdź aktualizacje**.
 - **Włączanie aktualizacji automatycznych:** włącz opcję **Aktualizacje automatyczne**, aby aktualizacje były pobierane i instalowane automatycznie przez Wi-Fi podczas ładowania zegarka.
 - **Wyświetlanie historii aktualizacji:** dotknij pozycji **Historia aktualizacji**, aby zobaczyć szczegóły wcześniej zainstalowanych aktualizacji.

Aktualizacja aplikacji zegarka

- 1 Na telefonie otwórz  **Play Store** > ikona profilu > **Zarządzaj aplikacjami i urządzeniem**, a następnie **Dostępne aktualizacje**.

Jeśli dla zegarka są dostępne nowe aktualizacje, zostanie on wyświetlony w tym miejscu.
- 2 Dotknij przycisku **Aktualizuj** obok nazwy zegarka.

Ułatwienia dostępu

[Wsparcie wzroku](#) | [Wsparcie słuchu](#) | [Interakcje](#)

Zarządzaj ułatwieniami dostępu na zegarku lub na telefonie.

Wsparcie wzroku

Te funkcje ułatwiają obsługę zegarka osobom z dysfunkcją wzroku.

Ścieżka: [Ustawienia](#) > **Ułatwienia dostępu**

TalkBack (czytnik ekranu)

- » Dotknij kolejno **TalkBack** > **TalkBack**, aby włączyć lub wyłączyć funkcję TalkBack.
- » Dotknij kolejno **TalkBack** > **Ustawienia**, aby dostosować opcje funkcji TalkBack, w tym komunikaty dźwiękowe, szczegółowość opisów i reakcje haptyczne.
- » Dotknij kolejno **TalkBack** > **Skrót przyciskiem**, aby włączyć lub wyłączyć skrót umożliwiający włączanie i wyłączanie funkcji TalkBack trzykrotnym naciśnięciem przycisku bocznego.

Wskazówka: aby włączyć i dostosować funkcję TalkBack na telefonie, otwórz  **Moto Watch**, a następnie dotknij kolejno **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **Ułatwienia dostępu** > **TalkBack**.

Powiększenie

- » Dotknij opcji **Powiększenie**, aby włączyć lub wyłączyć tę funkcję.
 - Dotknij trzykrotnie, aby powiększyć obraz lub wyłączyć powiększenie.
 - Przeciągnij ekran, aby poruszać się po jego zawartości.
- » Włącz opcję **Wibruj na krawędziach**, aby zegarek wibrował po dotarciu do krawędzi ekranu.
- » Dotknij opcji Zwiększ  lub Zmniejsz , aby dostosować stopień powiększenia.

Rozmiar tekstu

Zwiększa lub zmniejsza rozmiar tekstu w całym interfejsie zegarka, aby ułatwić jego czytanie (zobacz „Rozmiar wyświetlacza i tekstu” w sekcji [Wyświetlacz](#)).

Korekta kolorów

Dostosuj kolory ekranu, aby łatwiej rozróżniać wyświetlane treści.

Dotknij opcji **Korekta kolorów**, a następnie włącz opcję **Użyj korekty kolorów** i wybierz tryb korekty, który chcesz zmienić.

Ogranicz animacje

Dotknij opcji **Ogranicz animacje**, aby zredukować animacje i efekty wizualne na ekranie.

Wsparcie słuchu

Te funkcje ułatwiają obsługę zegarka osobom z dysfunkcją słuchu.

Ścieżka: [Ustawienia](#) > **Ułatwienia dostępu**

- » **Regulacja dźwięku:** dotknij pozycji **Dostosowywanie dźwięku**, aby dostosować dźwięk podczas korzystania ze słuchawek Bluetooth lub innych urządzeń.
 - **Dźwięk mono:** włącz lub wyłącz opcję **Dźwięk mono**. Dźwięk mono łączy lewy i prawy kanał stereo w jeden kanał i odtwarza ten sam dźwięk po obu stronach.
 - **Balans dźwięku:** dotknij opcji Lewy < lub Prawy >, aby dostosować ustawienie **Balans dźwięku**, zmieniając poziomy głośności lewego i prawego kanału dźwięku.
- » **Tekst w czasie rzeczywistym (RTT):** dotknij opcji **Tekst w czasie rzeczywistym (RTT)**, aby korzystać z tekstu podczas połączeń telefonicznych. Podczas pisania rozmówca natychmiast widzi Twoje wiadomości.

Uwaga: wymaga obsługi przez operatora i może nie być dostępne na wszystkich urządzeniach.
- » **Wyjście zamiany tekstu na mowę:** dotknij opcji **Wyjście zamiany tekstu na mowę**, aby dostosować komunikaty głosowe zegarka, w tym głos TalkBack. Dostosuj tempo mowy, wysokość głosu i inne ustawienia.

Interakcje

Korzystanie z gestów i zegarka wibracyjnego

Zobacz [Gesty](#) i [Zegarek wibracyjny](#).

Kończenie połączenia za pomocą koronki

Szybko zakończ połączenie telefoniczne, naciskając koronkę zegarka.

Ścieżka: przejdź do [Ustawienia](#) > **Ułatwienia dostępu**, a następnie włącz opcję **Przycisk zasilania kończy połączenie**.

Rozwiązywanie problemów

[Usuwanie usterek](#) | [Znajdowanie zegarka](#) | [Restart lub resetowanie](#) | [Zwiększanie ilości wolnego miejsca](#)

Usuwanie usterek

- » Jeśli zegarek reaguje zbyt wolno lub nie działa prawidłowo, wykonaj następujące czynności:
 - Korzystaj z zegarka z dala od źródeł fal elektromagnetycznych.
 - Upewnij się, że oprogramowanie układowe i aplikacje są aktualne (zobacz [Aktualizacje](#)).
- » Jeśli bateria zegarka się nie ładuje, wykonaj czynności opisane w sekcji [Ładowanie](#) i upewnij się, że styki ładowania są dokładnie wyrównane.

Uwaga: sygnały zegarka mogą być słabe lub niedostępne w niektórych miejscach.

Znajdowanie zegarka

Jeśli zgubisz zegarek, skorzystaj z telefonu, aby go zlokalizować.

- 1** Otwórz aplikację  **Moto Watch** na telefonie.
- 2** Dotknij kolejno **Zegarek** > **Znajdź mój zegarek**, a następnie dotknij opcji **Zadzwoń** , aby zegarek dzwonił i wibrował.

Uwaga: aby zegarek mógł dzwonić, musi znajdować się w pobliżu i być połączony z telefonem. Jeśli nie jest połączony, użyj **Find Hub**, aby zlokalizować zegarek.
- 3** Aby zatrzymać dzwonienie i wibracje, dotknij opcji **Zatrzymaj**  na telefonie lub opcji **Zakończ**  na zegarku.

Restart lub resetowanie

Jeśli po wprowadzeniu zmian w sekcji [Usuwanie usterek](#) zegarek nadal nie działa prawidłowo, spróbuj uruchomić go ponownie. Jeśli problem nadal występuje, zresetuj zegarek.

Uruchom ponownie

- » Na zegarku przejdź do **Ustawienia** > **System** > **Uruchom ponownie**.

Możesz też nacisnąć i przytrzymać koronkę / przycisk zasilania (zobacz **Zegarek w skrócie**), a następnie dotknąć opcji **Uruchom ponownie**.

- » Jeśli zegarek nie reaguje, naciśnij i przytrzymaj jednocześnie koronkę / przycisk zasilania oraz przycisk boczny (zobacz **Zegarek w skrócie**), aż ekran zgaśnie.

Resetowanie

- » **Resetowanie z poziomu telefonu:** Otwórz aplikację  **Moto Watch**, a następnie dotknij kolejno **Zegarek** > Zegarek  w lewym górnym rogu > Usuń  > **Rozłącz i przywróć ustawienia fabryczne**.

Możesz też dotknąć kolejno **Zegarek** > **Ustawienia zegarka** > **System** > **Rozłącz i zresetuj** > **Resetuj**.

- » **Resetowanie na zegarku:** Przejdź do **Ustawienia** > **System** > **Rozłącz i zresetuj** > Zatwierdź .

Uwaga: zresetowanie zegarka spowoduje wymazanie wszystkich danych przechowywanych na zegarku. Dane zegarka przechowywane w telefonie nie zostaną usunięte.

Zwiększanie ilości wolnego miejsca

Sprawdź pamięć aplikacji zegarka i usuń niepotrzebne dane, aby zwolnić miejsce.

Ścieżka: **Ustawienia** > **Aplikacje i powiadomienia** > **Pamięć aplikacji**

- » Dotknij opcji **Rozmiar danych** lub **Rozmiar aplikacji**, aby zobaczyć, ile pamięci zajmuje każda aplikacja.
- » Aby zwolnić miejsce, wybierz aplikację, przewiń na sam dół i dotknij opcji **Wyczyść dane** lub **Wyczyść pamięć podręczną**.

Więcej pomocy

Aby uzyskać dostęp do informacji prawnych i związanych z bezpieczeństwem dotyczących urządzenia, odwiedź stronę motorola.com/accessory-legal.

Pomoc serwisowa i naprawy

W razie pytań lub potrzeby służymy pomocą. Przejdź na stronę www.motorola.com/support, gdzie możesz wybrać jedną z wielu opcji obsługi klienta.

Prawa autorskie i znaki towarowe

Motorola Mobility LLC
222 W. Merchandise Mart Plaza
Chicago, IL 60654
www.motorola.com

Niektóre funkcje, usługi i aplikacje są zależne od sieci i mogą być niedostępne na niektórych obszarach, gdzie mogą obowiązywać inne warunki i/lub opłaty. W razie potrzeby operator udzieli szczegółowych informacji.

Wszystkie funkcje, możliwości i pozostałe specyfikacje produktu, a także informacje zawarte w tym przewodniku, opierają się na najnowszych dostępnych danych i w momencie publikacji uznano je za prawidłowe. Motorola zastrzega sobie prawo do zmiany lub modyfikacji dowolnych informacji i danych bez uprzedniego powiadomienia.

Uwaga: Obrazy w tym przewodniku stanowią jedynie przykłady. Niektóre treści mogą różnić się w zależności od regionu, specyfikacji modelu lub oprogramowania urządzenia.

MOTOROLA, stylizowane logo M, MOTO i rodzina znaków MOTO są znakami towarowymi lub zastrzeżonymi znakami towarowymi Motorola Trademark Holdings, LLC. Powered by Polar jest znakiem towarowym firmy Polar Electro Oy, używanym przez firmę Motorola na podstawie licencji. Google, Android, Google Play i inne znaki są znakami towarowymi i logami Google LLC. USB Type-C® i USB-C® są zastrzeżonymi znakami towarowymi USB Implementers Forum. Słowo i logo Bluetooth® są zastrzeżonymi znakami towarowymi należącymi do Bluetooth SIG, Inc. i każde użycie tych znaków przez Motorola Mobility LLC jest objęte licencją. Wszystkie pozostałe nazwy produktów i usług są własnością ich odpowiednich właścicieli.

© 2026 Motorola Mobility LLC. Wszystkie prawa zastrzeżone.

Opracowane i wyprodukowane przez firmę Motorola Mobility LLC, spółkę zależną Lenovo (lub dla niej).

Produkt: **moto watch ultra** (XT2647-1/XT2647-2/XT2647V/XT2647-4)

Numer instrukcji: SSC8F49539-A