

**GARMIN®**  
**.vivofit® jr**



دليل المالك

جميع الحقوق محفوظة. بموجب حقوق الطبع والنشر، لا يجوز نسخ هذا الدليل كلياً أو جزئياً ما لم يتم الحصول على موافقة خطية من Garmin على الأمر. وتحتفظ Garmin بحرية تغيير وتحسين منتجاتها وإدخال التغييرات على مستويات هذا الدليل دون أن تلتزم بإعلام أي شخص أو منظمة بمثل هذه التغييرات أو التحسينات. اذهب إلى [www.garmin.com](http://www.garmin.com) للاطلاع على تحديثات ومعلومات تكميلية تسري على استخدام المنتج.

إن Garmin® وشعار Garmin و vivo® هي علامات تجارية لـ Garmin Ltd. أو شركاتها التابعة، مُسجلة في الولايات المتحدة الأمريكية وفي بلدان أخرى. يعد Garmin Connect™ علامة تجارية لـ Garmin Ltd. أو شركاتها التابعة. لا يجوز استخدام هذه العلامات التجارية من دون الحصول على إذن صريح من Garmin.

إن علامة Bluetooth® المكتوبة وشعاراتها هي ملك Bluetooth SIG, Inc.، وأي استخدام لهذه العلامات من قبل Garmin يخضع لترخيص. تعود الأسماء التجارية والعلامات التجارية الأخرى إلى مالكيها المحدثين.

رقم الطراز: A03009

## جدول المحتويات

الحصول على مزيد من المعلومات ..... 10

الفهرس ..... 11

### 1 مقدمة.....

- 1 ..... استخدام الجهاز
- 1 ..... الإقران بالهاتف الذكي
- 1 ..... تطبيق vívofit jr
- 2 ..... Garmin Connect
- 2 ..... الرموز
- 2 ..... هدف النشاط
- 2 ..... تقدم المهمة
- 3 ..... العملات المعدنية المكتسبة
- 3 ..... خيارات القائمة
- 3 ..... استخدام مؤقت المهمة
- 4 ..... استخدام ساعة الإيقاف
- 4 ..... شريط الحركة
- 4 ..... تعقب النوم

### 5 محفوظات.....

- 5 ..... إرسال البيانات يدوياً إلى الهاتف الذكي

### 5 تخصيص الجهاز.....

- 5 ..... إعدادات تطبيق vívofit jr

### 5 معلومات الجهاز.....

- 5 ..... المواصفات
- 5 ..... تحديث البرنامج
- 6 ..... عرض معلومات الجهاز
- 6 ..... العناية بالجهاز
- 6 ..... تنظيف الجهاز
- 6 ..... البطاريات القابلة للاستبدال بواسطة المستخدم
- 7 ..... استبدال البطارية
- 8 ..... استبدال الحزام
- 8 ..... استبدال الحزام

### 9 استكشاف الأخطاء وإصلاحها.....

- 9 ..... لا يبدو عدد خطواتي دقيقاً
- 9 ..... لا يعرض جهازي الوقت الصحيح
- 9 ..... هل يعد هاتفي الذكي متوافقاً مع جهازي؟
- 9 ..... إقران أجهزة محمولة عدة
- 9 ..... كيف أقوم بإقران جهاز إضافي بتطبيق vívofit jr؟
- 9 ..... إعادة ضبط الجهاز
- 10 ..... لن يعمل جهازي

### 10 ملحق.....



## مقدمة

### ⚠ تحذير

راجع دليل معلومات هامة حول السلامة والمنتج الموجود في علبة المنتج للاطلاع على تحذيرات المنتج وغيرها من المعلومات الهامة. احرص دائماً على استشارة طبيبك قبل أن تستخدم أي برنامج خاص بالتمارين أو تعديله.

## استخدام الجهاز



- اضغط على المفتاح ① للتمرير عبر ميزات الجهاز وخيارات القائمة.
- اضغط باستمرار على المفتاح لمدة ثانية واحدة لعرض القائمة.
- اضغط باستمرار على المفتاح لمدة ثانية واحدة لاختيار خيارات القائمة.
- اضغط باستمرار على المفتاح لمدة تقل عن ثانية واحدة لتشغيل الإضاءة الخلفية. يتوقف تشغيل الإضاءة الخلفية تلقائياً.

## الإقران بالهاتف الذكي

قبل التمكن من إقران جهاز vívofit jr. بهاتف ذكي، يجب أن يكون على الأقل أحد أولياء الأمر أو الأوصياء يملك حساب Garmin Connect™ (الصفحة 2).

يجب إقران جهازك مباشرة من خلال تطبيق vívofit jr. بدلاً من القيام بذلك من خلال إعدادات Bluetooth® على هاتفك الذكي.

- 1 من متجر التطبيقات على هاتفك الذكي، قم بتثبيت تطبيق vívofit jr. وفتحه.
  - 2 قم بتسجيل الدخول باستخدام اسم مستخدم Garmin Connect وكلمة المرور الخاصة به.
  - 3 اتبع التعليمات في التطبيق لإعداد عائلتك وإضافة كل طفل.
  - 4 على جهاز vívofit jr.، اضغط باستمرار على المفتاح حتى يظهر .
  - 5 يدخل الجهاز في وضع الإقران.
  - 5 اتبع التعليمات في التطبيق لإكمال عملية الإعداد.
- ملاحظة:** يمكنك إقران أجهزة محمولة عدة، مثل جهاز لوحي أو هاتف ذكي لولي أمر آخر (إقران أجهزة محمولة عدة، الصفحة 9).

## تطبيق vívofit jr.

يتيح لك تطبيق vívofit jr. المجاني إمكانية تعقب النشاط اليومي لأطفالك ومعدل تقدّم المهام الخاصة بهم. **تعقب النشاط:** يتيح لك هذا تعقب الخطوات اليومية لطفلك والدقائق النشطة وبيانات النوم الخاصة به.

**تقدّم المهمة:** يتيح لك هذا الخيار إنشاء المهام وإدارتها، وكسب عملات معدنية تخوّل الحصول على مكافآت مقابل إكمال المهام، واستبدال العملات المعدنية بمكافآت مخصصة.

**خريطة المغامرات:** يتيح لك هذا عرض تقدم أطفالك كل يوم يبلغون فيه هدف النشاط الذي يبلغ 60 دقيقة، ما يؤدي بالتالي إلى الكشف عن المغامرات.

**لوحة المتسابقين:** يتيح لك هذا مقارنة خطوات أفراد العائلة كلها والاتصالات من مجتمع Garmin Connect.






**إعدادات:** يتيح لك هذا الخيار تخصيص جهازك وإعدادات المستخدم، بما في ذلك نغمات التنبيه والرموز وصور ملفات التعريف وغيرها المزيد.

## Garmin Connect

يجب أن يكون لولي أمر واحد على الأقل حساب Garmin Connect لاستخدام تطبيق vívofit jr. للتسجيل للحصول على حساب مجاني، يرجى زيارة الموقع [www.garminconnect.com/start](http://www.garminconnect.com/start). يزودك حساب Garmin Connect بالأدوات اللازمة للتعقب والتحليل والمشاركة وتشجيع بعضكم بعضاً. يمكن تسجيل أحداث نمط حياتك النشط والمشاركة في تحديات عائلية عن طريق إنشاء اتصال بين جهاز تعقب أنشطة متوافق وحساب Garmin Connect.

### الرموز

تمثل الرموز ميزات الجهاز. يمكنك الضغط على المفتاح للتمرير عبر الميزات.

التاريخ الحالي. يقوم الجهاز بتحديث الوقت والتاريخ عندما ترسل بيانات إلى الهاتف الذكي.	
عدد الخطوات التي قمت بها في اليوم الواحد.	
إجمالي عدد الدقائق النشطة في اليوم ومعدل التقدم نحو تحقيق هدف النشاط الذي يبلغ 60 دقيقة.	
عدد المهام المكتملة والمعينة في اليوم.	
إجمالي عدد العملات المعدنية المكتسبة.	

### هدف النشاط

لتحسين صحة الأطفال، توصي مؤسسات مثل Centers for Disease Control and Prevention الأمريكية بممارسة النشاطات الجسدية كل يوم لمدة 60 دقيقة على الأقل. يمكن أن تتضمن هذه النشاطات نشاطاً متوسط الحدة، مثل المشي السريع، أو نشاطاً عالي الحدة، مثل الركض. يشجع الجهاز الأطفال على ممارسة النشاطات عن طريق عرض معدل تقدمهم نحو تحقيق الهدف اليومي الذي يبلغ 60 دقيقة.

### تقدم المهمة

يمكنك استخدام تطبيق vívofit jr لإنشاء مهام وتعيينها، بالإضافة إلى تحديث معدل تقدم مهام الأطفال. عندما يكون جهاز jr متصلاً بهاتف ذكي، يعرض الجهاز العدد المحدث للمهام المكتملة ① والمهام المعينة ② في اليوم. vívofit jr. vívofit jr.



## العملات المعدنية المكتسبة

يمكنك استخدام تطبيق vívofit jr. لكسب عملات معدنية مقابل إكمال المهمة. عندما يكون جهاز vívofit jr. متصلاً بهاتف ذكي، يعرض الجهاز عدد العملات المعدنية المكتسبة المحدث ①.



يمكن استبدال العملات المعدنية بمكافآت في تطبيق vívofit jr. ويمكنك استخدام التطبيق لإنشاء مكافآت مخصصة وضبط عدد العملات المعدنية المطلوب للحصول على مكافأة. عند استبدال العملات المعدنية في التطبيق وإنشاء اتصال بين جهازك وهاتف ذكي، يعرض الجهاز إجمالي عدد العملات المعدنية المحدث.

## خيارات القائمة

يمكنك الضغط باستمرار على المفتاح لعرض القائمة، والضغط على المفتاح للتمرير عبر الخيارات.

لإقران جهازك وإرسال بيانات إلى هاتفك الذكي الممكن لتشغيل Bluetooth.	
لعرض خيارات مؤقت المهمة.	
لبدا تشغيل ساعة الإيقاف.	
لعرض معلومات الجهاز.	
للعودة إلى الشاشة السابقة.	

## استخدام مؤقت المهمة

يمكنك استخدام الجهاز لبدا تشغيل مؤقت عد تنازلي.

- 1 اضغط باستمرار على المفتاح لعرض القائمة.
  - 2 اضغط باستمرار على .
  - 3 اضغط على المفتاح للتمرير عبر خيارات مؤقت المهمة.
  - 4 اضغط باستمرار على المفتاح لاختيار مؤقت وبدا تشغيله.
- يصدر الجهاز صغيراً، ويبدأ المؤقت بالعدّ التنازلي، ويرسل الجهاز إشعاراً إلى أقرب هاتف ذكي مقترن. عندما يكون عدد الثواني المتبقي 3 ثوانٍ، يصدر الجهاز صغيراً حتى ينتهي الوقت.
- تلميح:** يمكنك الضغط باستمرار على المفتاح لإيقاف المؤقت.







## محفوظات

يتعقب جهازك نشاطك اليومي وإحصاءات فترة النوم. يمكن إرسال هذه المحفوظات إلى تطبيق vívofit jr. يخزن جهازك بيانات نشاطك لمدة تصل إلى 4 أسابيع. عند بلوغ سعة تخزين البيانات، يقوم الجهاز بحذف الملفات الأقدم لتحرير مساحة لحفظ البيانات الجديدة.

## إرسال البيانات يدويًا إلى الهاتف الذكي

يرسل جهازك بشكل منتظم بيانات تلقائيًا إلى أقرب جهاز Bluetooth مقترن. يمكنك أيضًا إرسال البيانات يدويًا في أي وقت. يتيح لك هذا عرض النشاطات والمهام والعمليات المعدنية في تطبيق vívofit jr.

- 1 قرب الجهاز من الهاتف الذكي.
- 2 افتح تطبيق vívofit jr. vívofit jr.
- 3 على جهاز jr. ، اضغط باستمرار على المفتاح لعرض القائمة. vívofit jr. vívofit jr.
- 4 اضغط باستمرار على .
- 5 يظهر الرمز ، ويكون شريط الحركة الأحمر نشطًا أثناء قيام الجهاز بإرسال البيانات. على الهاتف الذكي، اسحب إلى الأسفل لتحديث التطبيق.

## تخصيص الجهاز

### إعدادات تطبيق vívofit jr.

يمكنك تخصيص إعدادات الجهاز والمستخدم والتطبيق في تطبيق vívofit jr. من تطبيق vívofit jr. ، اختر المزيد. **إعدادات العائلة:** لتمكينك من تخصيص إعدادات العائلة. على سبيل المثال، يمكنك تحرير اسم العائلة أو دعوة أولياء أمر أو أوصياء إضافيين. **إعدادات التطبيق:** لتمكينك من تخصيص إعدادات التطبيق وتمكين وضع الأطفال وعرض المعلومات القانونية والتنظيمية. **تعليمات:** يتضمن هذا العناية بالجهاز ومقاطع فيديو ومعلومات مفيدة أخرى.


## معلومات الجهاز

### المواصفات

نوع البطارية	بطارية CR1632 قابلة للاستبدال من قبل المستخدم
فترة استخدام البطارية	لغاية سنة واحدة.
نطاق درجات حرارة التشغيل	من -10 إلى 60 درجة مئوية (من 14 إلى 140 درجة فهرنهايت)
الترددات اللاسلكية/البروتوكول	2,4 جيجاهرتز @ بقوة 3 ديسيبيل مللي واط اسمية
تصنيف المياه	5 جوا <sup>1</sup>

### تحديث البرنامج

عند توفر تحديث للبرنامج، يقوم جهازك تلقائيًا بتنزيل التحديث عندما ترسل بيانات إلى هاتفك الذكي (إرسال البيانات يدويًا إلى الهاتف الذكي، الصفحة 5).

يظهر شريط تقدم وعلامة  على جهاز vívofit jr. أثناء عملية التحديث. قد يستغرق التحديث عدة دقائق. عليك إبقاء الجهاز بالقرب من الهاتف الذكي أثناء التحديث. عند اكتمال عملية التحديث، تتم إعادة تشغيل الجهاز.

<sup>1</sup> يتحمل الجهاز الضغط حتى عمق 50 مترًا. لمزيد من المعلومات، انتقل إلى [www.garmin.com/waterrating](http://www.garmin.com/waterrating).

## عرض معلومات الجهاز

يمكنك عرض معرف الوحدة وإصدار البرنامج.

1 اضغط باستمرار على المفتاح لعرض القائمة.

2 اضغط باستمرار على **i**.

## العناية بالجهاز

### ملاحظة

تجنب الضربات الحادة والاستخدام القوي، فقد يؤدي ذلك إلى تقليل عمر المنتج.

تجنب الضغط فوق الأزرار تحت الماء.

لا تستخدم أداة صلبة لتنظيف الجهاز.

تجنب استخدام المنظفات الكيماوية والمواد المذيبة وطارادات الحشرات التي قد تتلف المكونات البلاستيكية والطبقات النهائية.

قم بغسل الجهاز جيداً بالمياه العذبة بعد تعرضه للكلور أو المياه المالحة أو الكريم الواقى من الشمس أو مساحيق التجميل أو الكحول أو المواد الكيماوية القوية الأخرى. إن التعرض المطول لهذه المواد قد يؤدي إلى إلحاق الضرر بالهيكل.

لا تضع البطاريات في بيئة تكون درجة حرارتها مرتفعة مثل مجفف الملابس.

لا تقم بتخزين الجهاز في أماكن تتعرض لدرجات حرارة قصوى لفترة زمنية طويلة، لأن ذلك قد يؤدي إلى حدوث تلف دائم للجهاز.

### تنظيف الجهاز

1 امسح الجهاز بواسطة قطعة قماش مبللة بمحلول تنظيف لطيف وغير قوي.

2 امسحه جيداً حتى يجف.

بعد تنظيف الجهاز، اتركه ليجف تماماً.

تلميح: لمزيد من المعلومات، انتقل إلى [www.garmin.com/fitandcare](http://www.garmin.com/fitandcare).

## البطاريات القابلة للاستبدال بواسطة المستخدم

### تحذير

راجع دليل معلومات هامة حول السلامة والمنتج الموجود في علبة المنتج للاطلاع على تحذيرات المنتج وغيرها من المعلومات الهامة.

## استبدال البطارية

يستخدم الجهاز بطارية CR1632.

1 أزل الجهاز من الحزام.



2 استخدم مفك براغ صغيراً من Phillips لفك البراغي الأربعة من الجهة الخلفية للجهاز.

3 فكّ الجهة الخلفية من الهيكل والبطارية.



4 أدخل البطارية الجديدة بحيث يكون الجانب السالب موجّهًا نحو الجهة الداخلية من الغطاء الأمامي.

5 تأكد من أن الحشية ليست تالفة ومن أنها مثبتة بالجهة الخلفية من الهيكل بإحكام.

6 استبدل الجهة الخلفية من الهيكل والبراغي الأربعة.

7 أحكم شدّ البراغي الأربعة بشكل متساوٍ.

8 أدخل الجهاز في حزام السليكون المرن عن طريق تمديد الحزام حول الجهاز.

يجب محاذاة السهم الموجود على الجهاز مع السهم الموجود داخل الحزام.



## استبدال الحزام

تم تصميم الحزام القابل للتمديد ليناسب معظم الأطفال ما بين الـ 4 والـ 7 سنوات. تم تصميم الحزام القابل للتعديل ليناسب الأطفال بعمر الـ 6 سنوات وأكثر. يمكنك الاتصال بقسم دعم العملاء من Garmin® للحصول على معلومات حول الملحقات الاختيارية وقطع الغيار. إن الجهاز القابل للإزالة متوافق مع أحزمة 3 vívofit jr و vívofit jr.

## استبدال الحزام

يُرجى زيارة الموقع [buy.garmin.com](http://buy.garmin.com)، أو الاتصال بوكيل Garmin للحصول على معلومات عن الملحقات الاختيارية.

1 أزل الجهاز من الحزام.



2 أدخل الجهاز في حزام السليكون المرن عن طريق تمديد الحزام حول الجهاز. يجب محاذاة السهم الموجود على الجهاز مع السهم الموجود داخل الحزام.



# استكشاف الأخطاء وإصلاحها

## لا يبدو عدد خطواتي دقيقًا

إذا كان عدد خطواتك لا يبدو دقيقًا، فيمكنك تجربة هذه التلميحات.

- انتقل إلى <http://garmin.com/ataccuracy>.
- يُنصح بارتداء الجهاز على المعصم غير السائد.
- ضع الجهاز في جيبك عند استخدام يديك أو ذراعيك بشكل نشط فقط.
- ملاحظة: قد يعتبر الجهاز بعض الحركات المتكررة، مثل التصفيق بيديك أو تنظيف أسنانك، خطوات.

## لا يعرض جهازي الوقت الصحيح

يقوم الجهاز بتحديث الوقت والتاريخ عندما ترسل بيانات إلى الهاتف الذكي. يجب أن ترسل البيانات يدويًا إلى هاتفك الذكي لتلقي الوقت الصحيح عند تغيير المناطق الزمنية، ولتحديث الوقت وفقًا للتوقيت الصيفي.

- 1 تأكد من أن هاتفك الذكي أو جهازك المحمول يعرض الوقت المحلي الصحيح.
- 2 أرسل البيانات إلى هاتفك الذكي (إرسال البيانات يدويًا إلى الهاتف الذكي، الصفحة 5).  
يتم تحديث الوقت والتاريخ بصورة تلقائية.

## هل يُعدّ هاتفي الذكي متوافقًا مع جهازي؟

يتوافق جهاز vívofit jr مع الهواتف الذكية التي تستخدم تقنية Bluetooth. انتقل إلى [www.garmin.com/ble](http://www.garmin.com/ble) للحصول على المزيد من معلومات التوافق.

## إقران أجهزة محمولة عدة


بعد إكمال الإعداد الأولي (الإقران بالهاتف الذكي، الصفحة 1)، يمكنك إقران جهاز vívofit jr. بما يصل إلى جهازين محمولين إضافيين، مثل جهاز لوحي أو هاتف ذكي لولي أمر آخر.

- 1 من متجر التطبيقات على الهاتف الذكي أو الجهاز اللوحي، قم بتثبيت تطبيق jr. وفتحه. vívofit jr.
- 2 قم بتسجيل الدخول باستخدام اسم مستخدم Garmin Connect وكلمة المرور الخاصة به.
- 3 اتبع التعليمات في التطبيق للانضمام إلى عائلة.
- 4 ضع جهازك المحمول ضمن مسافة تبلغ 3 أمتار (10 أقدام) من جهاز vívofit jr. jr.
- 5 ملاحظة: ابقَ على بُعد مسافة تبلغ 10 أمتار (33 قدمًا) من الأجهزة المحمولة الأخرى أثناء الإقران.
- 5 إذا لزم الأمر، فأوقف تشغيل تقنية Bluetooth اللاسلكية على الأجهزة المحمولة المقترنة مسبقًا.
- 6 على جهاز jr. ، اضغط باستمرار على المفتاح لعرض القائمة. vívofit jr.
- 7 اضغط باستمرار على  للدخول في وضع الإقران.
- 8 اتبع التعليمات في التطبيق لإكمال عملية الإقران.
- 9 إذا لزم الأمر، فكرر الخطوات من 1 إلى 8 لكل جهاز محمول إضافي.

## كيف أقوم بإقران جهاز إضافي بتطبيق vívofit jr؟

إذا قمت مسبقًا بإقران جهاز بتطبيق vívofit jr.، فيمكنك إضافة طفل وجهاز جديدين من قائمة الأطفال. يمكنك إقران ما يصل إلى ثمانية أجهزة.

ملاحظة: يمكن لكل طفل الإقران بجهاز واحد.

- 1 افتح تطبيق vívofit jr.
- 2 اختر .
- 3 اتبع التعليمات التي تظهر على الشاشة.

## إعادة ضبط الجهاز

إذا توقف الجهاز عن الاستجابة، فقد تحتاج إلى إعادة ضبطه. لن يمحو هذا الإجراء أيًا من بياناتك.

**ملاحظة:** تؤدي إعادة ضبط الجهاز إلى إعادة ضبط شريط الحركة أيضًا.

1 اضغط باستمرار على مفتاح الجهاز لمدة 10 ثوانٍ حتى تتوقف الشاشة عن التشغيل.

2 حرر مفتاح الجهاز.

يؤدي القيام بذلك إلى إعادة ضبط الجهاز وتشغيل الشاشة.

## لن يعمل جهازي

إذا لم يعمل جهازك بعد ذلك، فقد تحتاج إلى استبدال البطاريات.

انتقل إلى [\(استبدال البطارية, الصفحة 7\)](#).

## ملحق

### الحصول على مزيد من المعلومات

- انتقل إلى [support.garmin.com](http://support.garmin.com) للحصول على مزيد من الأدلة والمقالات وتحديثات البرامج.
- انتقل إلى الموقع [www.garmin.com/intosports](http://www.garmin.com/intosports).
- انتقل إلى الموقع [www.garmin.com/learningcenter](http://www.garmin.com/learningcenter).
- انتقل إلى الموقع [buy.garmin.com](http://buy.garmin.com)، أو اتصل بوكيل Garmin للحصول على معلومات عن الملحقات الاختيارية وقطع الغيار.

## الفهرس

### ا

- استبدال البطارية 7
- استكشاف الأخطاء وإصلاحها 10,9
- الأحزمة 8
- الأهداف 2
- البرنامج
- الإصدار 6
- تحديث 5
- البطارية , استبدال 7,6
- التحديثات , البرنامج 5
- التطبيقات 1
- الرموز 4,2
- القائمة 1
- المفاتيح 3,1

### ا

- إعادة ضبط الجهاز 10
- إعدادات 5
- إقران , هاتف ذكي 9

### ب

- بيانات 2
- نقل 3,2

### ت

- تخصيص الجهاز 5
- تعقب النشاط 4,2
- تقنية Bluetooth 9
- تنظيف الجهاز 6

### س

- ساعة إيقاف 4

### ق

- قطع الغيار 8

### م

- مؤقت 4,3
- محفوظات 5
- معرف الوحدة 6
- ملحقات 10
- مواصفات 5

