

- ① Schau dir folgendes Video unter dem QR Code an



- ② Schreibe auf welche „Self-Tracking“ Apps du kennst

- Google Fit
- Samsung Health
- Huawei Health

**Tipp**

Die Bilder könnten dir dabei helfen!



- ③ Versuche den folgenden Lückentext zu vervollständigen!

Die Vermessung der eigenen Welt

Zu einem modernen Leben gehört es schon fast dazu, persönliche Körperdaten wie **Schlafrhythmus**, Kalorienverbrauch oder gelaufene **Kilometer** mitzuverfolgen. Erledigt wird diese Selbstvermessung durch Hilfsmittel wie **Apps** oder anderen Fitnessgeräten wie Uhren, Waagen oder sonstiges. Diese nennt man Wearables. Sie dienen der Erfassung von **Daten** und ermöglichen eine Analyse der Leistungen. Diese können direkt in den **Sozialen Netzwerken** geteilt werden, was zusätzlich zu einem Leistungsdruck führen kann. Wichtig ist dabei, dass man den Daten nicht blind vertraut, denn nicht alle Apps werten die Daten **korrekt** aus. Letztlich ist auch noch festzuhalten, dass man auch bei diesen Apps auf den **Datenschutz** achten sollte.

**Tipp**

Falls du etwas Hilfe benötigst, kannst du dich gerne mit deinen KlassenkollegInnen austauschen