

- 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