

- ① Schau dir folgendes Video unter dem QR Code an



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

-
-
-
-

**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

_____, Kalorienverbrauch oder gelaufene

_____ mitzuverfolgen. Erledigt wird diese Selbstvermessung

durch Hilfsmittel wie _____ oder anderen Fitnessgeräten wie Uhren, Waagen oder

sonstiges. Diese nennt man Wearables. Sie dienen der Erfassung von _____

und ermöglichen eine Analyse der Leistungen. Diese können direkt in den

_____ geteilt werden, was zusätzlich zu einem

Leistungsdruck führen kann. Wichtig ist dabei, dass man den Daten nicht blind vertrauen

sollte, denn nicht alle Apps werten die Daten _____ aus. Letztlich ist auch noch

festzuhalten, dass man auch bei diesen Apps auf den _____ achten sollte.

**Tipp**

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