|  |
| --- |
| **Fitness-Apps – die Qual der Wahl** |
| **Aufgabe(n)**  Teste verschiedene Fitness-Apps und entscheide, welche du im Alltag verwenden würdest. Begründe deine Entscheidung mit einem selbst gewählten Produkt: Kurzvortrag, Poster, SimpleShow, Werbeflyer... |
| * 1. *Wähle drei Fitness-Apps aus. Beachte dabei folgende Auswahlkriterien.*   Die App muss   * über einen anerkannten Store geladen werden (Appstore, Playstore) * kostenfrei sein * mindestens 1 Millionen Mal geladen worden sein * mit mindestens 3,5 Sternen bewertet sein * möglichst keine InApp-Käufe zulassen   *Dabei entscheidest du, ob alle Muskelgruppen trainiert werden oder nur ausgewählte Bereiche eine Rolle spielen (z. B. Arm- und Bauchmuskulatur). Achte auf eventuell benötige Materialien und kläre im Vorfeld mit der Sportlehrkraft, ob alles zur Verfügung steht, was die App vorgibt.*  *1.2. Lade die ausgewählten Apps auf dein Smartphone und sorge dafür, dass ausreichend Akkulaufzeit zur Verfügung steht.*  *1.3 Beurteile die Eignung der Apps anhand folgender Kriterien:* ***Motivation – Nutzerfreundlichkeit – Auswahl der Übungen*** *Finde noch mindestens zwei weitere Kriterien, welche du an eine App stellst, damit sie in deinem Alltag gut nutzbar ist.  Vergleiche die Apps in Bezug auf diese Kriterien miteinander.*  *1.4. Teste die verschiedenen Apps während des Sportunterrichts. Nutze dabei die gesamte Unterrichtszeit. Der Einsatz von Musik ist erlaubt. Hinweis: Manchmal bedarf es mehrerer Tests, um eine Entscheidung treffen zu können.*  *1.5. Entscheide, welche App du auch im Alltag verwenden würdest. Präsentiere dazu ein Produkt (Poster, SimpleShow, Werbeflyer...), welches die gewählte App vorstellt und deren Vorteile gegenüber anderen Fitness-Apps aufzeigt.* |
| **Material(ien)**   * Smartphone/ Tablet für jeden Schüler mit Internetzugang * Je nach Wahl der App evtl. Matten, Sprungseile usw. |
| Quellennachweis |