

## M01-5: Steuerung der Meta Quest 3

Dieses Material dient dazu, Sie mit der Steuerung der Meta Quest 3 über die **Controller** vertraut zu machen. Darüber hinaus wird aufgeführt, wie **Screenshots** bzw. **Videoaufnahmen** gemacht werden können.

Wir bitten Sie, bei der Nutzung der Controller die **Handsleifen anzulegen**. Dies dient nicht nur zur Sicherheit der Controller selbst, sondern auch zur Sicherheit Ihrer Umgebung.

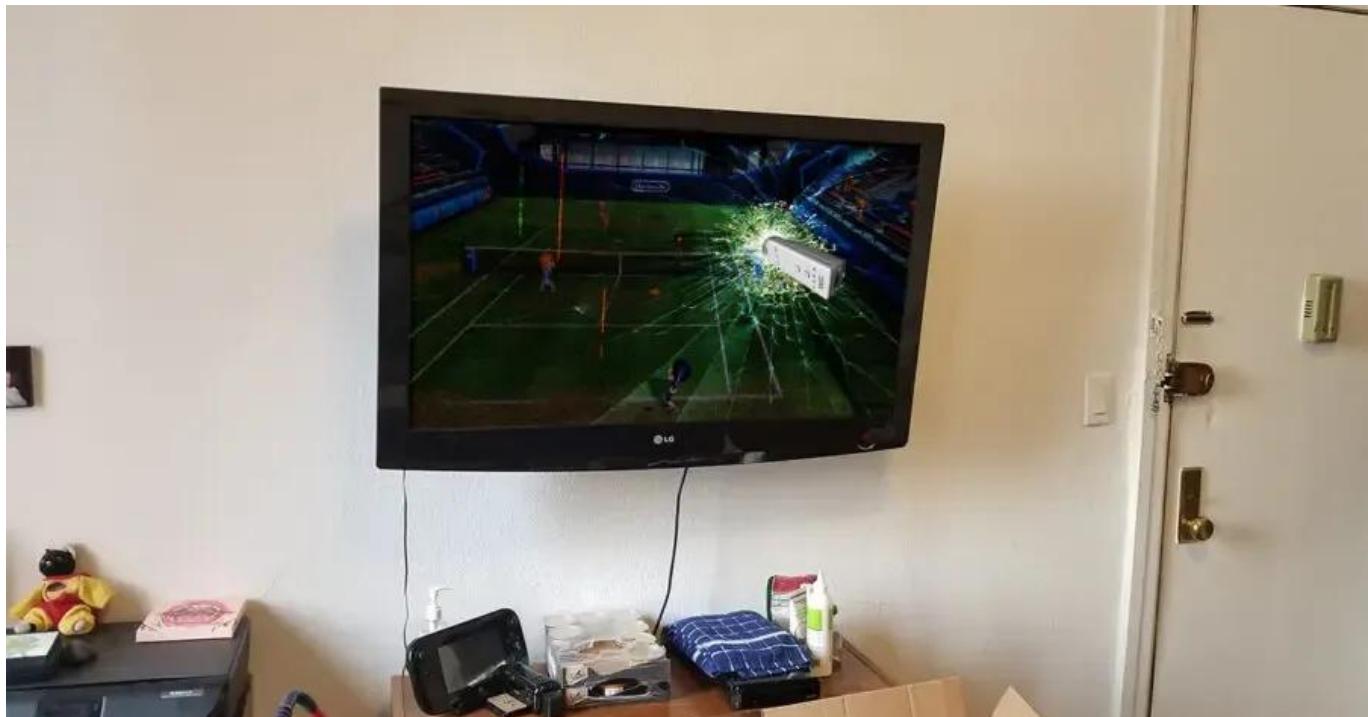


Abbildung 1: Controller-Unfall (Quelle: [externer Link](#))

### Steuerung

Damit die Handhabung der Controller verständlich beschrieben werden kann, achten Sie bitte auf die Abbildung 2.

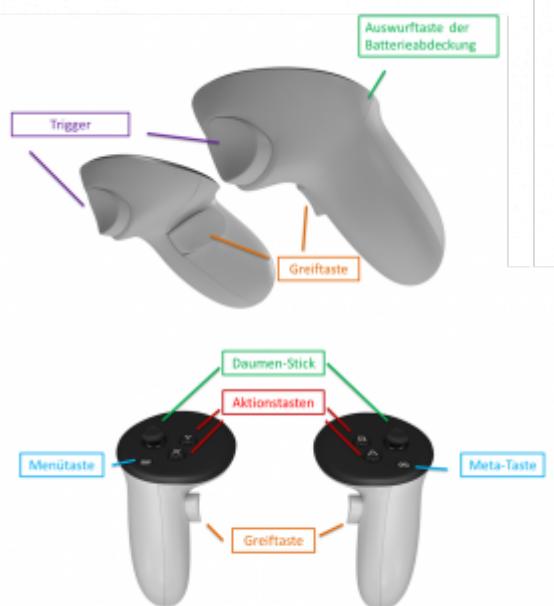


Abbildung 2: Aufbau der Controller; eigene Darstellung verändert nach [externe Verlinkung](#) (27.8.24)

Um die Controller beim Starten der VR-Brille aus dem Ruhestand zu holen, kann eine beliebige Taste gedrückt werden.

Die Controller funktionieren analog zu einer Maus am Computer. Auf dem Display werden beide Controller durch **kleine weiße Kreise** repräsentiert. Der **Trigger** stellt in diesem Vergleich die linke Maustaste dar. Über dessen Drücken wird mit der virtuellen Umgebung interagiert.

Die **Daumen-Sticks** dienen der Navigation in der virtuellen Umgebung, wie bspw. dem Scrollen in Menüs oder auf Seiten.

Über die **Meta-Taste** am rechten Controller öffnet sich das **Hauptmenü**. Wird sie gedrückt gehalten, wird das Sichtfeld der VR-Brille **neu zentriert**. Die **Menütaste** des linken Controllers hingegen öffnet das **Menü von Anwendungen**.

Die **Aktionstasten** „A“ und „X“ dienen der **Auswahl von Objekten** in der Umgebung, während die Aktionstasten „B“ und „Y“ der **Rückkehr zum vorherigen Bildschirm** bzw. Menü dienen.

Um **Objekte** in der virtuellen Umgebung zu **greifen**, werden die **Greiftasten** verwendet.

## Shortcuts

Um entweder einen Screenshot oder eine Videoaufnahme zu starten, können Sie die folgenden **Shortcuts** über den **rechten Controller** ausführen.

Drücken Sie die **Meta-Taste** und den **Trigger** gleichzeitig, wird ein **Screenshot** erstellt. Wird ein Screenshot aufgenommen, erklingt ein akustisches Signal über das Headset.

Für eine **Videoaufnahme** drücken Sie die Meta-Taste und halten Sie den Trigger für einige Sekunden

gedrückt. Um die Aufnahme zu beenden, wiederholen Sie den Shortcut.

Die Medien werden in der **Kamera** der Meta Quest 3 gespeichert.

Zusätzliche Quelle:

- Meta (o.D.): Touch-Controller mit Meta Quest verwenden. [externe Verlinkung](#) (28.8.2024)

From:  
<https://foc.geomediaelabor.de/> - **Frankfurt Open Courseware**

Permanent link:  
<https://foc.geomediaelabor.de/doku.php?id=courses:workshops:ws-vr-brillen:material:m01-5&rev=1730375894>

Last update: **2025/09/29 14:03**

