

夏の企画展「スポーツを科学する」開催！

—記録をぬりかえろ！ぼくもわたしもオリンピック—

各種スポーツが持つ楽しさや科学的な要素である原理原則を解き明かしながら、人間の能力や機能との関りを探り、スポーツと健康を身近なものと感じられる子どもから大人まで楽しめる参加体験型展示です。

常設の体験コーナーや解説コーナーのほか、各スポーツの専門家（スペシャリスト）に学ぶワークショップもあります。

夏休みに家族全員で楽しみながら科学に触れられる企画展です！

夏の企画展「スポーツを科学する」

—記録をぬりかえろ！ぼくもわたしもオリンピック—



【開催期間】8月10日（土）～8月18日（日）9:30～17:00

※最終入場は16:30まで


【開催場所】セシオン杉並 展示室
杉並区梅里1-22-32

【入館料】 無料

《体験コーナー》

イメージ	タイトル	概要
	<p>エアーカーリング</p> <p>ハウスの中心を狙おう</p>	<p>「氷上のチェス」とも言われるスポーツであるカーリング。本来の競技ではストーン自体を氷上で離して投てきするが、この展示では、エアーテーブルで、ミニカーリングが体験できる。</p> <p>装置の盤面に無数の小さな孔が開いており、この孔から微量の空気が噴出し、盤面上を滑るストーンの摩擦抵抗を少なくしている。</p>
	<p>ボルダリング</p> <p>フリークライミングに挑戦</p>	<p>ボルダリングは、フリークライミングの最もシンプルな形式で、高さ4メートルほどの比較的の低い壁で行う。</p> <p>基本のルールとして、手は同じ色のフォルダーしかつかめないが、脚は色に関係なくフォルダーにかけることができる。両手・両足をどこに置いたらいいかを考えながら、同じ色のボルダーを追って、左から右へ移動する。</p>

	<p>バランスボード キミのバランス感覚は？</p>	<p>すべてのスポーツにおいて重要な要素であるバランス感覚(平衡感覚)。中でも円盤投げやハンマー投げには欠かせない感覚といわれている。この展示では、バランスボードの上に立ち、左右の足でバランスをとりながらボールをゴールに入れることで、自分のバランス感覚のレベルを知ることができる。</p>
	<p>バスケットボール シュートを決めよう</p>	<p>アメリカ発祥のスポーツであるバスケットボール。発祥の時代から今日に至るまで幾百となくルール変更がなされてきた。 この体験展示のルールでは、二組に分かれ、制限時間内のシュート数で得点を競う。</p>
	<p>ボールスピード ボールの速さを計ろう！</p>	<p>投げたボールの速さをスピードガンで計測する。ボールの速さや自動車のスピードを計るスピードガンの原理は、近付いてくる救急車のサイレンの音は高く、通過して遠ざかっていく時には低くなる現象「ドップラー効果」を応用している。</p>
	<p>100m 走に挑戦 キミの記録は何秒？</p>	<p>約7.5m走り、2mの間隔が開いたセンサー間を通ったときにかかったタイムを50倍にして100m走った距離に換算して記録を表示。</p>
	<p>動体視力とは …？</p>	<p>速く動くもののスピードや方向に合わせて、眼がそれを追いかけることができる能力で、スポーツに欠かせない能力の一つ。 一般的に、左右方向に比べ劣ると言われている上下方向の動体視力は野球など、垂直方向の眼の動きが多い競技では、上下方向の動体視力をトレーニングする必要があります。この展示では、初級レベルから上級レベルまでパソコン上のソフトで動体視力を体験することができます。</p>

	<p>計ってみよう</p>	<p>測定器を用いて、自分の身長、体重、体脂肪を測ります。</p>
---	---------------	-----------------------------------

《解説コーナー》

イメージ	タイトル	概要
	<p>スポーツの起源と ルールの変遷</p>	<p>各種スポーツ(アイスホッケー、バレーボール、ラグビーなど)がどのような経緯で誕生し、どのようにルールが変わったのかを解説。 また、現在では姿を消してしまった珍しいオリンピック競技も紹介。</p>
	<p>数字で見る記録 人間の能力はすごい</p>	<p>人間が持つ能力の高さを、等身大の人型カットアウトで展示。 走り幅跳び、ハードル、ハンマー投げ、走り高跳びの世界記録を実感できる。 実物の用具を間近で見ることができ、ハンマー投げの金属球を持ち上げ、その重さを確かめる体験コーナーあり。</p>
	<p>スキージャンプ 浮力の実験</p>	<p>スキージャンプの飛距離を伸ばすポイントとなるスキー板のV字フォームが飛行機の翼のような動きをすることを解説。中央の赤いボタンを押すとアクリル内に風が流れ、装置の中央の、V字型のスキージャンプ飛行を型取った模型が揚力・浮力の関係で、上昇していきます。</p>



令和6年8月2日
杉並区広報課

《ワークショップ》スペシャリストに学ぶ！Plus Ultra（プルス ウルトラ）

※各日、当日朝9時半から整理券を配布します。

展示体験・解説編【日時】8月11日（日曜日）

午前11時～11時30分〔ボールスピード編〕

ただ全力で投げるだけでは、球速は上がらない？効率の良い運動連鎖を学んで、スピードアップを目指そう！

正午～午後0時30分〔スイングスピード編〕

用具を身体の一部にする！身体の中から用具への力の伝え方を学んで、スイングのスピードアップを目指そう！

午後1時～1時30分〔カーリング編〕

コントロールと注意は関係がある！？未知の理論を学んでコントロール技術をアップさせよう。

午後2時～2時30分〔バスケットボール編〕

君の動きは間違っていない！緊張すると失敗するのは、錯覚が原因！？新しいトレーニングを学んで、友達と差を付けよう。

【講師】新井 健之 教授（高千穂大学 人間科学部・博士）

【定員】各回5名程度（親子参加可）

【対象】小学生以上

ボルダリング編【日時】8月13日（火曜日）

(1) 午前11時～11時30分 (2) 正午～午後0時30分

(3) 午後1時～1時30分 (4) 午後2時～2時30分

身体（筋力・関節など）の使い方を理学療法士の観点から解説します！いろいろな身体の使い方を体験してみよう！

【講師】torippy（とりっぴー）（ボルダリングインストラクター・理学療法士）

【定員】各回5名程度

【対象】小学生以上

【注意】各回、同じ内容

ダブルダッチ編【日時】8月17日（土曜日）・18日（日曜日）

(1) 午前11時～11時30分 (2) 午後2時～2時30分 (3) 午後3時～3時30分

1本の縄跳びとダブルダッチ（2本の縄跳び）の飛び方の違いを動体視力・体のバランスなど、科学的見地から体験してみよう！

【講師】崎田 留央（さきた るお）（ダブルダッチ 元世界チャンピオン）

【定員】各回10名程度

【対象】どなたでも（ジャンプができる方）

【注意】各回、同じ内容

【報道機関 問い合わせ先】

社会教育センター：03-3317-6621

広報課報道係：03-3312-2111（代表） 内線：1502