

JSC

JUNIOR
SOCCER
COLLEGE



ジュニアサッカー大学 コーチングノート vol.5

羅針盤を持て。 学び続けるコーチであれ。



ジュニアサッカー大学・指導マインドセットシリーズ



@ジュニアサッカー大学
<https://junior-soccer.college>

羅針盤を持て。

学び続けるコーチであれ。

～ジュニアサッカー大学・指導マインドセットシリーズ～

著者：カズ

【第1章】なぜ“学び続けるコーチ”であり続けるのか

■1. ここまで学んできたあなたへ

これまでのコーチングノートで、
僕が伝えたかったのは「指導者としての軸」でした。

- ・自分の“問い”を持つこと
- ・子どもを“観る力”
- ・試合から“逆算する設計思考”
- ・サッカーを超えて“人を育てる”視点

ここまで読んできたあなたは、
きっと**「指導者として本気で向き合いたい」**と思っているはずです。

でも、ここからが本当のスタートです。

■2. コーチは“学び続ける仕事”だ

指導歴が長くなっても、

選手のレベルが上がっても、

コーチは常に新しい課題に直面します。

- ・時代が変わる
- ・子どもたちが変わる
- ・自分の指導もアップデートが必要になる

だからこそ、

「学び続ける姿勢」こそが、最高の指導法だと僕は考えています。

■3. “学ぶ姿勢”が、子どもに伝わる

子どもたちは、

コーチが言った通りに動くわけじゃありません。

でも、

「コーチ自身が学び続けている姿」は、確実に伝わります。

- ・新しいことに挑戦する姿
- ・失敗しても学び直す姿
- ・自分の成長を楽しんでいる姿

これが、

子どもたちにとって最高の教材になるんです。

■4. 指導者は「完成しない」

僕自身、30年以上コーチを続けていても、
まだまだ「知らないこと」「できていないこと」ばかりです。

でも、それでいいと思っています。

- ・サッカーは複雑で、正解がない
- ・子どもたち一人ひとりも違う
- ・自分自身も常に変わり続ける

だからこそ、学び続けることが楽しい。

この感覚を持っているかどうか、
“良い指導者”と“伸び悩む指導者”の違いだと感じます。

■5. 羅針盤を持って、海へ出よう

ジュニアサッカー大学が伝えたいのは、
「すぐに答えを出す」ためのノウハウではありません。

- ・自分で問いを立て
- ・目の前の子どもたちを観察し
- ・逆算して練習を作り
- ・人としての成長を支える

その“考え方の羅針盤”を手に、
自分で舵を取り、学び続ける旅に出てほしい。

これが、

「羅針盤を持て。学び続けるコーチであれ。」

に込めた想いです。

【第2章】“学び続ける”ための3つの習慣

■1. 学び続けるには「習慣化」が必要

「学び続けるのが大事」

これは頭でわかっているけど、

日々の忙しさに流されてしまうのが現実です。

- ・チーム運営
- ・練習準備
- ・試合の対応
- ・保護者との関係

だからこそ、

「自然と学び続けられる習慣」を持つことが大切です。

ここでは、僕が実際にやっている

シンプルだけど効果のある“3つの習慣”を紹介します。

■2. 【習慣①】日々の現場を“学びの題材”にする

特別な勉強をしなくても、

現場こそ最高の学びの場です。

- ・子どもたちのプレーを観察する
- ・うまくいかなかった練習を振り返る
- ・保護者とのやりとりからヒントを得る

「今日の練習で、何を感じたか？」

「この場面で、別の声かけはできなかったか？」

そう問い続けることで、

毎日が“学びの機会”に変わります。

■3. 【習慣②】“言語化”して整理する

現場で感じたことを、

言語化して整理する習慣を持つのも大切です。

- ・ノートに書く
- ・音声でメモする
- ・仲間に話す

この“アウトプット”を通じて、

自分の考えが整理され、

次の実践に繋がるヒントが見つかります。

ジュニアサッカー大学で発信しているのも、

僕にとっては**「自分を言語化する学び」**なんです。

■4. 【習慣③】「学ぶ仲間」を持つ

一人で学び続けるのは難しい。

だからこそ、

「学ぶ仲間」を持つことが大きな支えになります。

- ・同じ指導者仲間と情報交換する
- ・セミナーや勉強会に参加する
- ・ジュニアサッカー大学に質問をぶつける

人と対話することで、

自分では気づけなかった視点を得たり、

新しい刺激を受けることができます。

■5. 習慣が“ブレない指導者”を作る

- ・現場から学ぶ
- ・言語化して整理する
- ・仲間と学び合う

この3つを習慣にすることで、

****「学び続ける指導者」****として成長し続けることができます。

指導歴や立場に関係なく、

常にアップデートし続けるコーチが、

子どもたちにとって一番の存在になると、僕は信じています。

【第3章】“学び続けるコーチ”が持つべき視点

■1. 「わかったつもり」こそが成長を止める

指導を続けていると、

- ・「このやり方で合っている」
- ・「だいたい経験でわかる」

といった感覚になることがあります。

でも、この**「わかったつもり」**が
指導者としての成長を止めてしまう。

サッカーも子どもも常に変わる。

自分も変わり続けないと、

“現場とズレたコーチ”になってしまいます。

■2. 【視点①】“目の前の子ども”を常に観る

学び続けるコーチは、

理論や過去の成功体験だけに頼りません。

- ・今、この子たちはどんな課題を抱えているのか
- ・どんな言葉が響くのか
- ・チームの雰囲気や流れはどうか

「目の前の子どもたちを観る」ことこそ、
最強の学びの材料になります。

■3. 【視点②】“なぜ”を問いつける

- ・なぜ今のプレーがうまくいったのか・
- なぜこの練習がハマらなかったのか・な
- ぜこの子は伸び悩んでいるのか

学び続けるコーチは、
あらゆる場面で「なぜ？」を問いつけます。

この問いが、
自分の指導を深掘りし、次の成長に繋がる。

■4. 【視点③】「自分のズレ」に気づく

コーチも人間です。

- ・子どもに合わない指導をしてしまうこと
- ・独りよがりになってしまうこと
- ・結果にこだわりすぎてしまうこと

こういった**“自分のズレ”に気づけるかどうか**が、
学び続けるコーチの重要な視点です。

- ・子どもとのズレ
- ・時代とのズレ
- ・自分の思い込みとのズレ

これを素直に見つめ直せるコーチが、
本当に強いと思っています。

■5. 学び続けるとは、“問い続ける”こと

最先端の知識を得ることも大切。

でも一番大事なのは、

****「自分に問い続ける姿勢」****です。

- ・今の指導は適切か
- ・もっと良いやり方はないか
- ・目の前の子どもに合っているか

この“問い”を持ち続けることで、

学び続けるコーチとして成長し続けられる。

【第4章】“学び続けるコーチ”がチームを変える

■1. コーチが変わると、チームも変わる

僕がこれまで見てきた中で、

一番強く感じるのは

****「チームはコーチ次第」****ということです。

- ・コーチが学び続けているチームは、選手も成長し続ける
- ・コーチが止まると、チームも停滞する

子どもたちは、

指導者の姿勢をしっかりと見ています。

■2. 【変化①】子どもが“自分で考える”ようになる

学び続けるコーチは、

- ・子どもたちに問いかけ
- ・自分で考える場面を作り
- ・答えを与えすぎない

すると、自然と

子どもたちも“考える”姿勢を持つようになります。

これは試合でも練習でも、

自分で判断し、動ける選手を育てる大きな力になります。

■3. 【変化②】チャレンジする雰囲気が生まれる

- ・失敗しても、コーチと一緒に考えてくれる
- ・チャレンジしたことを評価してくれる

こういう環境を作ることで、

子どもたちは安心して挑戦できるようになります。

これが積み重なると、

「チャレンジが当たり前」のチーム文化に変わっていきます。

■4. 【変化③】“自立したチーム”になっていく

学び続けるコーチは、

「自分で考え、行動するチーム」を目指します。

- ・子どもたちが自ら話し合い
- ・練習でも試合でも自分たちで解決策を探す

こうした“自立した動き”が生まれることで、
チーム全体のレベルが自然と上がっていくんです。

■5. コーチ自身が「学び続ける姿」を見せることが最強

結局、

- ・子どもに考えさせたいなら
- ・子どもに成長してほしいなら

まずはコーチ自身がその姿を見せることが一番効果的です。

- ・僕自身もまだまだ学び続けています
- ・一緒に考え、一緒に成長するスタンスが、チームを変えていきます

【第5章】“学び続ける”指導者であるために

■1. 指導者に“ゴール”はない

サッカーの世界は、
時代とともに変わり続けています。

- ・戦術も進化する
- ・子どもたちの価値観も変わる
- ・教育の在り方も変わっていく

だからこそ、

指導者には“完成”も“ゴール”也没有せん。

「これで完璧だ」と思った瞬間、

成長は止まってしまう。

僕自身も、常にそう自分に言い聞かせています。

■2. 【行動①】「問いを持ち続ける」

- ・この練習は本当に意味があるのか？
- ・子どもたちに合った指導ができているか？
- ・自分の価値観がズレていないか？

問いを持ち続けることこそ、学びの原動力です。

答えを探すことよりも、

“問い続ける姿勢”が指導者としての成長を支えてくれます。

■3. 【行動②】「失敗を学びに変える」

指導者だって、毎回うまくいくわけじゃない。

- ・練習がハマらない
- ・子どもたちに伝わらない
- ・試合で結果が出ない

でも、それを振り返り、

「次はどうする？」と考え続けることが

学び続ける指導者の条件です。

僕もたくさん失敗してきました。

でも、その一つ一つが財産になっています。

■4. 【行動③】「現場から学び続ける」

- ・新しい理論や本を読むのも大事
- ・でも、答えはいつも現場にあります

子どもたちの反応、

プレーの中の小さな変化、

日常の関わり——

これらを“学びの素材”として捉え、

自分の指導をアップデートし続ける姿勢が必要です。

■5. 「学び続けること」そのものが、指導力

- ・特別なライセンス
- ・すごい戦術知識
- ・華やかな実績

それよりも大事なのは、

「学び続ける姿勢」そのものが指導力になるということ。

- ・子どもたちの前で“学ぶ背中”を見せる
- ・仲間とともに成長し続ける

これが、ジュニアサッカー大学が伝えたい

“学び続けるコーチ”の在り方です。

【第6章】ジュニアサッカー大学が“羅針盤”であり続ける理由

■1. ノウハウを超えて、「考え方」を伝えたい

ジュニアサッカー大学が発信しているのは、
決して「簡単に勝てる方法」や「バズる練習メニュー」ではありません。

- ・子どもたちにどう向き合うか
- ・指導者としてどう在るべきか
- ・サッカーというツールをどう使うか

つまり、「考え方」そのものを伝える場です。

それは、時代が変わっても、
子どもが変わっても使える“羅針盤”になると僕は信じています。

■2. 答えは自分で見つけるもの

- ・チーム事情
- ・子どもの性格
- ・地域や環境

すべてが違う中で、
「これが正解だ！」なんてものはありません。

ジュニアサッカー大学が目指しているのは、
「あなた自身が考え、答えを見つけられる力」を育てることです。

羅針盤は方向を示すだけ。

舵を取って進むのは、あなた自身です。

■3. 「考え続ける」仲間でありたい

学び続けるのは、正直しんどい時もあります。

- ・自信が持てない
- ・うまくいかない
- ・周り比べて焦る

そんな時に、

「自分もまだ学び続けているよ」と伝えられる存在でいたい。

ジュニアサッカー大学は、

“上から教える”場ではなく、

「一緒に考え続ける仲間」としてあり続けたいんです。

■4. 現場に寄り添う「リアルな学び場」

華やかな理論や、

一部のエリートだけが使えるノウハウじゃなく、

- ・地域の少年団
- ・普通の街クラブ
- ・目の前の子どもたちと格闘しているコーチ

そういう現場に寄り添った

「リアルな学び」を提供することが、

ジュニアサッカー大学の役割です。

■5. 羅針盤は「進むため」にある

- 正解を押し付けない
- でも迷った時に立ち返る軸を持つ
- その軸を持ちながら、自分のスタイルを作っていく

これが、ジュニアサッカー大学が伝えたい

“学び続けるコーチ”の姿勢です。

あなたが海に出る時、

このコーチングノートが**「羅針盤」**になれば嬉しいです。

このコーチングノートが、あなたが“学び続けるコーチ”として

自分のスタイルを作り、迷った時に立ち返る“羅針盤”になれば嬉しいです。

子どもたちにとって、

「一緒に成長し続ける大人」「背中を見せられるコーチ」

そんな存在になっていきましょう。

ジュニアサッカー大学 カズ

Junior Soccer College Coaching Note vol.4 | <https://junior-soccer.college>