

# 育てることと勝つことと

鈴木政一のコーチング・フィロソフィー

鈴木政一

育てることと勝つことと  
もくじ

## 第 1 章

### ストーリー

サッカーとの出会い	10
本格的にサッカーを始める	12
日体大への誘い	16
日体大での生活	19
就職先はヤマハ発動機サッカー部	23
夢のトップリーグに	28
思い出の天皇杯	32
指導者としての旅立ち	34
グレミオから受けた衝撃	39
Jリーグの開幕	44
若手の指導者を指導する	47
ジュビロ磐田の監督に	49
クラブ世界一との戦い	55
選手とのミーティング	57
判断するということのよい例	66
学習能力とは	68
ジュビロを去る決意	77
母校からのオファー	80

## 第2章

### 理念

I 各年代のサッカー指導	91
1. 幼稚園（チャイルド）5歳～6歳	93
2. 小学校低学年（1・2年生）7歳～8歳	95
3. 小学校中学年（3・4年生）9歳～10歳	97
4. 小学校高学年（5・6年生）11歳～12歳	98
5. 中学生（1年生～3年生）13歳～15歳 U-15	103
6. 高校生（1年生～3年生）16歳～18歳 U-18	103
7. 大学生（1年生～4年生）19歳～22歳	105
8. 日本のサッカー	108
II 一貫指導	111
1. 観ることを教える	112
2. 指導者の姿勢	114
3. サポートのキーワード	115
4. プロの条件	116

5. プレー（判断）の共有化	119
6. チームをつくるにあたり、一つの考え方を説明したい	124
7. 日本の一貫指導の現状	126
8.楽しむための判断	128
III 指導方法	131
1. トータル・サッカー	132
2. 自分を知ること、味方を知ること、相手を知ること	133
3. 方法論中心の指導とは	136
4. グループ戦術	137
5. 数の優位さをつくる	140
6. 練習のための練習ではいけない	143
7. トレーニングの理解と目的	146
8. ミスの理由	147
IV 選手の育て方	149
1. 対等に競える環境	150
2. チームの育て方	153
3. ポジションの決め方	155
4. 日体大のサッカー	157

5. 世界のサッカー	158
6. サッカーを通しての人間形成	160
7. 組織について	162

V よい指導者とは	163
-----------	-----

1. 監督、コーチの責任	164
2. よい指導者とは	165
3. クラブ活動の問題点	166
4. よい指導者の条件	167
5. 若手の指導者へのアドバイス	170
6. 指導者として大切なこと	175
7. U-18 の監督に召集されて	179

### 第3章

対談	182
----	-----

資料	203
あとがき	210

# 第 1 章

## ストーリー

## サッカーとの出会い

「なあマサ、おれらと一緒にサッカーやろうぜ」

野球部に所属していた私に、暇さえあればサッカー部の同級生が声をかけてくる。

「あー、考えておくよ」

私は1955年の1月1日、甲府盆地の中央部に位置する山梨県笛吹市で生を受けた。幼少時代は自然豊かな笛吹市で、誰もがそうであったように日が傾くまで外で遊んだ。スポーツとの出会いは笛吹市御坂西小学校の5年から始めたソフトボールである。

「向かいの家が、御坂中学の野球部のエースで、よくキャッチボールをしてくれた」

近所にも野球をしている友だちが多く、家に帰ると年上のお兄さんたちとキャッチボールをするのが日課だった。慣れてくるとだんだんと球のスピードが速くなる。そんな環境で育ち“巨人・大鵬・卵焼”と言われていた時代、例外に漏れず長嶋茂雄<sup>1)</sup>に熱狂した。

御坂中学に入学する際には、迷わず野球部の門を叩いた。打つ方はあまり得意とは言えず、打順は7番辺り。しかしポジション

1) 長嶋茂雄。1936年、千葉県出身。読売ジャイアンツ終身名誉監督。1958年に入団以来、1974年の引退まで巨人軍一筋のスーパースター。首位打者6回、本塁打王2回、打点王5回、最多安打10回。巨人軍監督として日本一2回、リーグ優勝5回。愛称は“ミスター”。



ンは誰が何と言おうが、長嶋と同じサードを守った。

そんな2年生も終わるころ、教室の外に見覚えのある先輩の姿があった。

「政一、<sup>まさかず</sup>ちょっといいか？」

サッカー部の先輩たちだ。

「お前、サッカーやらないか？」

これまでも同級生には何度も声をかけられていたが、ついに上級生からのお誘いである。

せっかく野球部で、あこがれの長嶋と同じサードを守り、あとはバッティングだけだと、日々素振りに精をだし、特訓を受けていたところに突然の誘いだった。

思えば中学に入り、練習もしていないわりには、体育のサッカーでは目立ったプレーをしていたようだ。

「ちょっと考えさせてください」

確かに授業でのサッカーは楽しかった。そして紆余曲折はあったが、3年生の新学期からサッカー部に籍を置くことになった。

御坂中学のサッカー部は、私が2年生のときに山梨県大会で優勝している強豪である。

移ったからには結果を残さなければ、野球部の仲間たちに顔向けができない。体育の授業で少しくらい上手いといってもそ

こは素人。3年生といえども練習は、新入部員の1年と同じ基礎からである。

それでも夏休みになるころにはゲームにでるようになり、県大会ではベスト4に貢献した。

初めてのゲームではインナー<sup>2)</sup>をやった。どちらかという  
と攻撃に参加するポジションで、実際に試合で得点したこともあった。

当時はWMという、バックスが3人でボランチが2人、ハーフが2人でフォワードが3人というシステムが一般的だった。意味合いは少し違うが、今でいう3-4-3のようなフォーメーションである。

## 本格的にサッカーを始める

高校はサッカーのできる山梨県立石和高校に決めた。石和高校は当時、県大会で常にベスト4に入るチームだった。しかし、入学してみると顧問の先生は県立日川高校に転勤しており、サッカー部に指導者はいなかった。OBが来て指導するか、3年生キャプテンがトレーニングメニューを決めることが多かつ

2) インナー。フォワードの横のポジション。今でいうセカンドトップ。