

บทที่ 3

มโนคติพื้นฐานและหลักการเรียนรู้โปโลน้ำ

Basic Water Polo Concepts and Principles of Learning

ความนำ

โปโลน้ำเป็นกีฬาที่ต้องการการเคลื่อนไหวที่มั่นคง และสม่ำเสมอ ทั้งด้านการขว้างบอล และผู้เล่น เพื่อให้การยิงลูกเข้าประตูเป็นไปอย่างสมบูรณ์ เพื่อให้การเคลื่อนไหวมีประสิทธิภาพดีขึ้น การเล่นโปโลน้ำนั้นควรที่จะกำหนดกฎไว้อย่างหนึ่งในการฝึกซ้อมว่า แต่ละทีมต้องยิงประตูให้ได้ภายในเวลา 35 นาทีต่อ 1 ลูก กฎข้อนี้จะเป็นตัวกระตุ้นให้ผู้เล่นแต่ละคนพยายามหาช่องทางช่วงชิงบอลและยิงประตูได้ในที่สุด คุณภาพของผู้เล่นและคุณภาพของทีม ขึ้นอยู่กับความสามารถในการหาวิธีต่อสู้กับฝ่ายตรงข้าม เพื่อหาโอกาสช่วยนำหลบลูกในระหว่างการเลี้ยงลูกหรือผ่านลูกให้เพื่อนร่วมทีม เมื่อผู้เล่นตระหนักถึงความสำคัญของสิ่งเหล่านี้แล้ว สิ่งสำคัญอีกประการก็คือการเล่นลูกอย่างแม่นยำ การหาโอกาสแย่งลูกจากฝ่ายตรงข้าม การเลี้ยงลูกเทคนิคต่าง ๆ ที่จะช่วยเกื้อหนุนคุณลักษณะเหล่านี้ คล้าย ๆ กับเทคนิคในการเล่นฟุตบอลหรือที่เรียกว่าปรัชญาฟุตบอลนั่นเอง

หลักยุทธศาสตร์ทั่ว ๆ ไป (General strategy)

ผู้เล่นเหล่านี้จะต้องมีความสามารถทำให้ลูกบอลเคลื่อนไหวไปได้อย่างคล่องแคล่ว ซึ่งผู้เล่นต้องใช้ความพยายามทุกวิถีทาง ความสามารถบางด้านจะต่างกันออกไป บางคนถนัดแย่งลูก บางคนว่องไว บางคนยิงประตูดี เป็นต้น เมื่อแต่ละคนได้รับตำแหน่งที่ตนเองมีความสามารถพิเศษอยู่แล้วทำให้การแข่งขันมีประสิทธิภาพมากขึ้น แต่ถึงแม้ว่าแต่ละคนจะมีความสามารถพิเศษบางอย่างแล้วก็ตาม สถานการณ์ระหว่างการแข่งขันนั้นมีการเปลี่ยนแปลงเสมอ ผู้เล่นทุกคนจึงต้องมีความสามารถพื้นฐานทุกอย่างเป็นอย่างดี

ปัญหาของผู้เล่นมือใหม่ คือการใช้เทคนิคพิเศษต่าง ๆ ในน้ำ เพราะการแสดงต่าง ๆ ในน้ำนั้น ผู้เล่นไม่สามารถเห็นได้ชัดเจนนัก โดยเฉพาะเทคนิคที่มีการเคลื่อนไหวรวดเร็ว สิ่งที่จะช่วยได้ประการหนึ่งคือ การผ่านลูกซึ่งนับว่าสำคัญที่สุดในการเล่นแกมส์ ไม่เพียงแต่จะผ่านลูกได้รวดเร็วเท่านั้น แต่ความแม่นยำ ลักษณะของการผ่านลูกและเวลาที่ใช้มักมีผลต่อความสำเร็จในการต่อสู้ ข้อผิดพลาดมักเกิดขึ้นในช่วงส่งลูกสุดท้ายก่อนการยิงประตูเสมอ เพราะฝ่ายรับจะกลับเป็น

บทที่ 3 มโนคติพื้นฐานและหลักการเรียนรู้ไปโลน่า

ฝ่ายรุกอย่างคาดไม่ถึงในช่วงเวลาเพียงไม่กี่วินาที ทำให้ขบวนการผ่านลูกถูกขัดขวาง และถูกแย่งชิงไป ดังนั้น ฝ่ายรับต้องเตรียมพร้อมเสมอ ถ้าไม่สามารถป้องกันการยิงประตูได้ ต้องพยายามคิดว่า ลูกจะไม่เข้าประตู แล้วเตรียมพร้อมทันทีที่จะรับลูกและโต้กลับไป ถ้าฝ่ายรุกยิงประตูได้แล้ว ฝ่ายรับก็ไม่สามารถทำอะไรได้ แต่ถ้าลูกไม่เข้าประตู ฝ่ายรับต้องรับผิดชอบในการตีลูกกลับ โดยรีบทำเวลาที่จะรุกไปในเขตของฝ่ายตรงข้าม โดยปกติแล้วเมื่อผู้เล่นทำการผ่านลูก ยิงลูก หรือเลี้ยงลูก ควรมีการพักในช่วงวินาทีสั้น ๆ เพื่อให้ร่างกายได้รับการผ่อนคลายทั้งทางใจและสมาธิด้วย

การเล่นเป็นทีม (Team Play)

บ่อยครั้งที่ความสำเร็จของทีมขึ้นอยู่กับความสามารถของผู้เล่นแต่ละคน และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของทีม ผู้เล่นแต่ละคนต้องได้รับการหนุนใจให้พัฒนาความคิดแนวปรัชญาเกี่ยวกับตนเองว่า ตนเป็นส่วนหนึ่งของทีม และตนเองเป็นผู้แข่งขันคนหนึ่ง มิใช่ผู้รุก หรือผู้รับ ในฐานะผู้เล่น เขาต้องพยายามเรียนรู้และปรับตนเอง ไม่ให้เห็นแก่ตัว ให้นับถือความสามารถของผู้ร่วมทีมทุกคน พยายามอยู่ในจุดที่เหมาะสมที่สุดที่จะรับลูก ผ่านลูก ยิงลูก หรือว้ายน้ำ ต้องเข้าใจในการยิงลูกว่าสำคัญเท่าเทียมกับการป้องกันมิให้ลูกเข้าประตู ทีมต้องมาก่อนตนเองเสมอ ใช้ความสามารถของตนให้มากที่สุดเพื่อกำลังของทีมจะได้เข้มแข็งขึ้น สัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้เล่นในทีมแต่ละคนกับความเป็นอันหนึ่งอันเดียวของทีมขึ้นอยู่กับความสามารถพิเศษของแต่ละคนที่ได้รับการพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นไป แต่ต้องตระหนักเสมอว่า ความคงเส้นคงวา (Consistency) ไม่สำคัญเท่ากับความสามารถสูงสุดของผู้เล่น ผู้เล่นต้องคงระดับ Consistency ของความสามารถของตนเองไว้ โดยเฉพาะเทคนิคประจำตัวของเขาที่เขาสามารถควบคุมมันได้ ผู้เล่นเท่านั้นที่จะสามารถสร้างระดับฝีมือในการเล่นและรักษาระดับนั้นไว้ ผู้เล่นต้องรู้ว่าความสามารถของตนนั้นเชื่อถือได้ เพื่อนร่วมทีมของเขา ก็ไว้ใจได้ เมื่อผู้เล่นมั่นใจในระดับความสามารถของเขาว่ามันคงพอ เขาก็จะเกิดความมั่นใจในสิ่งที่เขาจะทำ และทีมที่มีความมั่นใจในทีมของเขา มักจะได้รับชัยชนะเสมอ

เมื่อผู้เล่นแต่ละคนยอมรับระบบหรือแบบแผน (pattern) ของการเล่นของทีมแล้ว สิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งคือ การพยายามบีบให้ฝ่ายตรงข้ามหันมาเล่นระบบเดียวกับที่ทีมของตนเล่นอยู่ ถ้าวิธีนี้สำเร็จชัยชนะก็รออยู่แล้ว ถ้าทีมถูกบีบให้เปลี่ยนระบบการเล่น ผู้เล่นแต่ละคนจะมองไม่เห็นบทบาทของตนได้ชัดเจน ทำให้เสียสภาวะควบคุมทีมไป ผู้เล่นจะสูญเสียความเชื่อมั่นในตนเอง และความเชื่อมั่นในทีม ดังนั้นทีมต้องรักษาระบบการเล่นและความมั่นคงของทีมไว้ให้ได้

บทที่ 3 มโนคติพื้นฐานและหลักการเรียนรู้ไปโลน่า

อีกสิ่งหนึ่งคือ ฝีมือหรือชั้นเชิงการเล่น การเล่นไปโลน่านั้นต้องรักษาความแน่นอน สม่ำเสมอของฝีมือไว้โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระหว่างการรุก เพื่อให้ความพยายามในการรักษาความมีฝีมือเป็นผลผู้ที่เข้ามาเล่นแทน หรือผู้เล่นสำรองควรเข้ามาที่ละคน เพื่อระดับของฝีมือไม่เปลี่ยนไปมากนัก ในขณะที่เดียวกันผู้เข้ามาใหม่ต้องพยายามปรับตัวให้เข้ากับทีมให้เร็วที่สุด บ่อยครั้งที่แบบแผน (Pattern) ของทีมถูกทำลายลง เนื่องมาจากการยินยอมให้ผู้สำรองเข้ามาเล่นด้วยครั้งละหลาย ๆ คน และเมื่อผู้เล่นสำรองเข้ามาร่วมทีมนั้นเขาต้องไม่คิดว่าเขาจะทำให้แบบแผนของทีมเสียไป เขาต้องคิดเสมอว่า เขาเข้ามาเล่นในทีมที่มีความสามารถในการควบคุมรูปแบบให้ดำเนินไปตามแผนได้ เขาต้องพยายามใช้ความสามารถทั้งหมดที่เขาได้อยู่เพื่อทีม ความคิดเช่นนี้จะทำให้ผู้เล่นมีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น การรักษาลูกเป็นสิ่งสำคัญอีกประการหนึ่ง ซึ่งผู้เล่นต้องพยายามพัฒนาตนเองให้มีความสามารถนั้นจนกว่าจะได้จังหวะในการยิงประตู トラบไคที่เขายังไม่ได้ครอบครองลูกบอล เขาก็จะไม่มีโอกาสยิงประตู ดังนั้น การรักษาลูกนั้นผู้เล่นต้องระวังเติมทีมให้ฝ่ายตรงข้ามเข้ามาแย่งลูกไปได้ สิ่งที่ต้องจำไว้ให้แม่นคือ การผ่านลูกต้องแม่นยำรวดเร็ว ยิ่งรวดเร็วเท่าไรฝ่ายตรงข้ามก็มีโอกาสเข้ามาแย่งลูกน้อยเท่านั้น โดยเฉพาะการผ่านลูกอย่างรวดเร็วข้ามไปเล่นในแดนฝ่ายตรงข้าม ก็จะต้องให้ผู้เล่นไปอยู่ ณ จุดที่ลูกบอลอยู่เสมอ

ความตั้งใจ (Mental Attitude)

แม้ว่าความสามารถเฉพาะตัวจะเป็นสิ่งสำคัญในการเล่นไปโลน่าก็ตาม แต่ความพร้อมและความสามารถในการว่ายน้ำก็เป็นสิ่งจำเป็นด้วย ปัจจัยสำคัญที่จะเป็นประโยชน์แก่ทีมคือ

1. ความตั้งใจจริงของโค้ช (coach) และผู้เล่น (players) พร้อมทั้งความตั้งใจร่วมของทีม
2. แนวความคิดในทางบวกของโค้ชหรือครูผู้ฝึกเป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาความมั่นใจตนเองของผู้เล่น
3. บ่อยครั้งที่ผู้เล่นรู้สึกว่าคุณสมบัติเฉพาะตัวเป็นสิ่งสำคัญที่สุด แต่สิ่งสำคัญกว่านี้คือมาตรฐานสูงสุดที่มั่นคง

จากการพิจารณาลักษณะทั่วไปของสภาพแวดล้อมในการเล่นไปโลน่า เราจะเห็นได้ชัดเจนว่า

- ผู้เล่นต้องเห็นถึงความจำเป็นของการพัฒนาทีมให้มีความแข็งแกร่ง ถ้าผู้เล่นคิดว่าจะพยายามแย่งลูกจากฝ่ายตรงข้ามให้ได้แล้วจะว่ายแหวกวงล้อมตามความยาวของสระไปยังประตูของอีกฝ่ายหนึ่งนั้น เป็นความคิดที่ผิดมาก การใช้กำลังโดยปราศจากทักษะเป็นความคิดที่ไม่สอดคล้องกับ

บทที่ 3 มโนคติพื้นฐานและหลักการเรียนรู้ไปโลน่า

ความเป็นจริง จุดประสงค์ของการเล่นเป็นทีมก็เพื่อจะให้ผู้เล่นทุกคนพัฒนาความรวดเร็วในการเข้าหุนและทำงานร่วมกับผู้อื่น เกมส์จะดำเนินไปได้จากความคิดที่ต่อเนื่องกันในระหว่างการเคลื่อนไหวของผู้เล่น การสื่อความเข้าใจจากคนหนึ่งไปสู่ผู้เล่นในทีมคนอื่น ๆ นั้นต้องใช้กลวิธีที่ฝึกซ้อมกันมา ดังนั้นเพื่อให้ทีมประสบความสำเร็จผู้ฝึกหรือครู ต้องสอนให้ผู้เล่นรู้จักกลยุทธ์ต่าง ๆ และมีการซ้อมกันอย่างจริงจัง ขณะที่ฝึกให้ผู้เล่นแต่ละคนมีความชำนาญในความสามารถของตนแล้ว จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องฝึกการเล่นเป็นกลุ่มพร้อมกันไปด้วย เพื่อให้ผู้เล่นจะได้พัฒนาความสามารถเฉพาะตัวนั้นให้ใช้ได้กับกลุ่มด้วย มีคำกล่าวที่ว่า โช่ที่แข็งแกร่งที่สุดนั้นต้องมีข้อต่อที่อ่อนที่สุด (หมุ่นได้คล้องตัวที่สุด) เมื่อนำมาพิจารณากับการเล่นของทีมเราจะเห็นว่า ขณะที่ผู้เล่นแต่ละคนมีความสำคัญการจะมารวมตัวกันของพวกเขาต้องมีข้อจำกัดด้วย ดังนั้นแต่ละคนต้องพัฒนาคุณสมบัติต่อไปนี้

1. เข้าใจเกมส์
2. ประจำตำแหน่งที่ถูกต้องเสมอ
3. พร้อมเสมอในการรับลูก
4. ใช้ความว่องไวในการหลอกล่อฝ่ายตรงข้าม เพื่อหาโอกาสให้ทีมฝ่ายของตน

สิ่งต่าง ๆ ที่กล่าวมานี้ ผู้เล่นไม่สามารถฝึกฝนด้วยตนเอง หรือจากกลุ่มเล็ก ๆ หรือจากโรงเรียน แต่ทีมจะต้องเล่นและเรียนรู้ด้วยกัน เพื่อผลประโยชน์ร่วมกัน เช่นเดียวกับการพัฒนาความเข้าใจระหว่างผู้เล่นและการเลือกกลยุทธ์สำหรับการแข่งขัน เป็นโอกาสดีของทีมถ้าจะมีโอกาสเรียนรู้และปรับปรุงคุณภาพของทีม โดยการเข้าร่วมประชุมหรือเข้ารับการอบรม และเมื่อมีการแข่งขันไปโลน่าภายในประเทศ ควรจัดให้มีการเล่นร่วมทีมกันหรือฝึกพร้อมกับทีมอื่น ๆ โดยมีแบบการเล่น (pattern) อันเดียวกัน ทั้งนี้เพื่อให้เกิดทักษะในการเล่น ทั้งส่วนตัวและเป็นทีม

หลักเบื้องต้นของการสร้างความชำนาญ

หลักการสร้างเพื่อให้เกิดความชำนาญในช่วงหลายปีที่ผ่านมา เราโชคดีที่มีโอกาสชมบันทึกการแข่งขันหรือการแสดงที่น่าสนใจต่าง ๆ จากความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ทำให้เราได้ศึกษาทฤษฎีและเบื้องหลังของการสร้างทักษะได้ละเอียดชัดเจนขึ้น สิ่งสำคัญที่จะช่วยให้เราเรียนรู้ได้ดีก็คือ

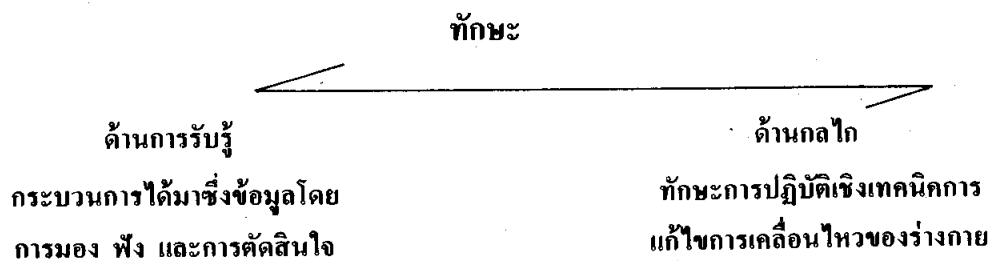
1. เรียนรู้ลักษณะของกิจกรรมที่เราจะเรียน
2. ขั้นตอนของการเรียนรู้
3. สภาวะแวดล้อมที่สำคัญที่จะทำให้เกิดทักษะพิเศษ

บทที่ 3 มโนคติพื้นฐานและหลักการเรียนรู้โปโลน้ำ

โปโลน้ำเป็นกีฬาที่เล่นเป็นทีม โดยการรวบรวมเอาทักษะต่าง ๆ มาประกอบกับหลักการว่ายน้ำทั่วไป รวมทั้งการเลี้ยงตัว การโยนลูก การจับลูกบอลด้วยมือเพียงมือเดียว ความสามารถเหล่านี้ถูกนำมาพิจารณาให้เหมาะสมกับลักษณะของเกมส์ เพื่อให้เป็นแบบแผนหรือกฎเกณฑ์ในการเล่น ทักษะพิเศษต่าง ๆ จะถูกดึงมาจากลักษณะของเกมส์ แล้วนำมาพัฒนาเป็นทักษะขั้นพื้นฐาน เมื่อสร้างสิ่งใหม่ ๆ หรือเทคนิคใหม่ ๆ ในการเล่นเกมส์ขึ้นมา

การผสมผสานกันระหว่างสภาพแวดล้อมของน้ำที่ไม่เป็นไปตามธรรมชาติ โดยปกติและคู่ต่อสู้ต้องอยู่ใกล้ชิดกันตลอดเวลา การพัฒนาทักษะจึงเป็นแบบมีสิ่งกีดขวาง การปรับปรุงทักษะเหล่านี้ จึงต้องพิจารณาเส้นความต่อเนื่องของการพัฒนาทักษะ อันเป็นสิ่งที่ยอมรับกันโดยทั่วไป

ในการทำทักษะจึงก่อให้เกิดมีองค์ประกอบ 2 ประการ ทั้งผู้ฝึกสอนและนักว่ายน้ำสามารถบ่งลักษณะกลไกของร่างกายได้ง่าย ๆ ของแต่ละทักษะและสามารถพัฒนาแบบของกลไก หรือการกระทำทักษะนั้น ๆ ให้เป็นไปตามที่ต้องการ



ผู้ฝึกและนักว่ายน้ำจะสามารถเห็นทักษะในการเคลื่อนไหวจากด้านกลไกของผู้เล่นได้ไม่ยากนัก เขาสามารถสอนให้ผู้เล่นพัฒนาความสามารถเหล่านี้ได้ และความเปลี่ยนแปลงของผู้เล่นจะเห็นได้ชัดเจนเมื่อมีการฝึกเดี่ยวหรือฝึกในกลุ่มเล็ก ๆ ผู้เล่นต้องฝึกทักษะทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นการรับลูก ส่งลูก แยกลูก โยนลูก การป้องกันลูก เพราะจะช่วยให้เกิดการพัฒนาทางด้านรับรู้ด้วย ถ้าผู้เล่นมุ่งแต่จะฝึกทักษะในการเคลื่อนไหวด้านกลไกเพียงอย่างเดียวแล้ว ความสำเร็จที่รออยู่ก็จะถูกทำลายไปหมด การเล่นเกมส์ที่แท้จริงนั้น คือการตัดสินใจ การตัดสินใจที่ถูกต้องในแต่ละสถานการณ์ ถือว่าเป็นศิลปะอย่างหนึ่งในการบีบบังคับให้ฝ่ายตรงข้ามอยู่ในสภาวะคับขันหรือหมดโอกาสคิด หรือถูกล่อลวงได้

บทที่ 3 มโนคติพื้นฐานและหลักการเรียนรู้ไปโลน่า

หลัก 2 ประการในการฝึกด้านการรับรู้ (Perceptual aspect) ด้านกลไก (Motor aspect)

1. เรียนรู้ทักษะพื้นฐานก่อน เพื่อนำมาสร้างด้านกลไก โดยเริ่มต้นจากการเล่นธรรมชาติ แล้วเพิ่มความซับซ้อนให้มากขึ้นเพื่อฝึกฝนด้านการรับรู้
2. พยายามสร้างสถานการณ์ที่ผู้ฝึกจะใช้ทักษะทั้ง 2 ชนิด พร้อม ๆ กัน โดยไม่เพียงแต่ได้เกิดในช่วงใดช่วงหนึ่งเท่านั้น แต่ควรให้ดำเนินไปตลอดการเล่นเกมส์นั้น การสอนให้ผู้เล่นมีความสามารถทั้ง 2 นี้ได้คือความสำเร็จของโค้ชหรือครูผู้สอน

นอกจากกีฬาไปโลน่า จะมีสภาวะแวดล้อมที่ซับซ้อนแล้ว สถานการณ์ในการเล่นยังบีบบังคับผู้เล่นให้อยู่ใต้ความกดดันอีกด้วย ผู้เล่นต้องฝึกฝนให้ปรับตัวเข้ากับ 2 สภาวะนี้ให้ได้ ในการเน้นให้ผู้เล่นฝึกแต่ด้านกลไกเพียงอย่างเดียว นั้น จะเกิดผลเมื่อผู้เล่นบางคนมีปัญหาในการไม่เข้าใจ หรือไม่สามารรถเรียนรู้ทักษะนั้น ๆ ได้เท่านั้น แต่จะไม่เกิดประโยชน์กับผู้เล่นส่วนใหญ่ จะเป็น การดีกว่าที่จะฝึกความสามารถทั้ง 2 ชนิดนี้ ไปพร้อม ๆ กัน ในขั้นต้นควรจัดแผนการเล่นแบบง่าย ๆ เพื่อให้ผู้เล่นรับมือได้ เมื่อระดับความสามารถเพิ่มขึ้นแล้ว ก็ค่อย ๆ เพิ่มเทคนิคหรือรูปแบบที่ยากขึ้นทีละน้อย เพื่อให้เกิดความชำนาญในทักษะทั้ง 2 ชนิดนี้ โค้ชหรือครูต้องพยายามหลีกเลี่ยงไม่ให้โอกาสที่จะฝึกซ้อมหรือใช้ด้านกลไกนานเกินไป เพราะจะมีผลต่อทักษะอื่น ๆ หรือจะเปลี่ยนแปลงทักษะอื่น ๆ ไปโดยไม่ได้ตั้งใจ อีกสิ่งหนึ่งที่เราคควรนำมาพิจารณาเพื่อศึกษาคือความยากลำบากในการเล่นไปโลน่า ความยากลำบากนี้คือการศึกษารายละเอียดต่าง ๆ ในการเล่นไปโลน่า ที่ผู้เล่นต้องรู้ดังนี้คือ

1. ตำแหน่งของผู้เล่นอื่น ๆ
2. ทิศทางและตำแหน่งของลูกบอล
3. การเรียนรู้ตำแหน่งของผู้เล่นอื่น และทิศทางตำแหน่งของลูกบอลขณะอยู่ในน้ำ
4. การเรียกและสัญญาณจากผู้เล่นอื่น

การปฏิบัติตามข้อกำหนดทั้ง 4 ข้อในน้ำนั้น ไม่ใช่สิ่งที่ทำได้ง่าย ๆ เพราะเมื่อผู้เล่นอยู่ในน้ำสภาวะแวดล้อมจะไม่เกื้อหนุนให้ปฏิบัติสิ่งดังกล่าวได้คล่องตัวเลย

การรับสัญญาณหรือการให้สัญญาณที่ไม่ถูกต้อง จะมีผลต่อชัยชนะของทีมบ่อยครั้งที่ผู้เล่นมักไม่ค่อยศึกษารายละเอียดเหล่านี้ หรือบางครั้งก็เข้าใจผิด ดังนั้น ผู้เล่นต้องใส่ใจกับรายละเอียดเหล่านี้พร้อมกับฝึกฝนทักษะต่าง ๆ ไปพร้อม ๆ กัน เมื่อต้องการเปลี่ยนยุทธวิธีในการเล่น ต้องการหลอกล่อฝ่ายตรงข้าม ต้องทำสัญญาณที่ถูกต้องและเป็นสัญญาณที่ได้ฝึกซ้อมมาด้วยกัน และเป็นที่เข้าใจกันระหว่างทีมแล้ว สัญญาณเหล่านี้ต้องสัมพันธ์กับลักษณะการเล่น ดัง

บทที่ 3 มโนคติพื้นฐานและหลักการเรียนรู้โปโลน้ำ

นั้น การผิดพลาดและอันตรายในการเล่นอาจเกิดได้ถ้ามีการให้หรือรับสัญญาณผิด ความสมบูรณ์ทางสรีระของผู้เล่นโปโลน้ำเป็นสิ่งสำคัญทีเดียว สุขภาพที่อ่อนเพลียและสภาพจิตใจที่ถูกกดดันจะผลักดันให้ผู้เล่นไม่สามารถคิดถึงเกมส์ในทางบวกได้ ในทางตรงข้ามจะผลักดันให้ผู้เล่นจนเฉียว รุนแรงในการเล่นเกมส์ ผู้เล่นต้องตระหนักเสมอว่า ประตู่แห่งชัยชนะนั้นอยู่ไม่ไกล ถ้าเขาไม่สามารถรับมือกับความกดดันเหล่านี้ได้ เขาก็จะอ่อนแอลง ทักษะของเขาก็จะอ่อนแอลงด้วย และถ้าผู้เล่นถูกตักเตือนบ่อย ๆ ในระหว่างการเล่นก็อาจจะเป็นสื่อช่วยๆ ให้เขาแสดงกริยาไม่สุภาพได้ ทั้งผู้ฝึกและผู้เล่นต้องคอยดูแลมิให้เกิดปัญหานี้ขึ้นในทีม ผู้เล่นต้องเรียนรู้วิธีที่ควบคุมอารมณ์ของตนเองด้วย เพื่อเป็นการนำไปควบคุมตนเองในการเล่นเกมส์ที่สมบูรณ์ยิ่งขึ้นไปอีก