



## Теорія і методика професійної освіти

УДК 378.016:792.8

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.16481230>

### Розвиток професійної рефлексії майбутніх керівників хореографічних колективів через рефлексивні практики в класичному танці

**Костенко Тетяна Миколаївна**

кандидат педагогічних наук, старший викладач

кафедри музикознавства, інструментальної та хореографічної підготовки,

Криворізький державний педагогічний університет,

проспект Гагаріна, 54, м. Кривий Ріг, 50086, Україна,

<https://orcid.org/0009-0006-2534-9585>

**Прийнято: 15.07.2025 | Опубліковано: 25.07.2025**

***Анотація.** Дослідження розкриває теоретичні засади використання рефлексивних практик класичного танцю для формування професійної рефлексії майбутніх керівників хореографічних колективів. Підкреслюється важливість професійної рефлексії як системоутворювального чинника педагогічної майстерності та детермінанти ефективного творчого керівництва в умовах трансформації хореографічної освіти. Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні впливу рефлексивних практик на розвиток професійної рефлексії в процесі навчання класичному танцю. Методологічний апарат включає аналіз теоретичних концепцій професійної рефлексії, систематизацію досліджень рефлексивних практик у хореографічній освіті, теоретичне моделювання механізмів впливу рефлексивної діяльності на професійний розвиток. Розкрито сутність професійної рефлексії керівників*



хореографічних колективів як здатності до критичного самоаналізу в багатофункціональній діяльності. Проаналізовано чотири типи рефлексивних практик класичного танцю: ведення щоденників самопостереження, відеоаналіз виконання, ментальні техніки образного уявлення та соматичні практики тілесного усвідомлення. Обґрунтовано п'ять механізмів впливу рефлексивних практик на формування професійної рефлексії: розвиток метакогнітивних навичок, формування емоційно-регулятивних здібностей, становлення педагогічної уяви, розвиток рефлексивно-комунікативних компетенцій та формування інтегративних здібностей. Встановлено, що рефлексивні практики класичного танцю створюють унікальні можливості для професійного самопізнання через поєднання тілесної, емоційної, когнітивної та соціально-комунікативної складових рефлексивної діяльності.

**Ключові слова:** професійна рефлексія, керівники хореографічних колективів, класичний танець, рефлексивні практики, щоденники самопостереження, відеоаналіз, ментальні техніки, хореографічна освіта.

## **Professional Reflection Development of Future Choreographic Groups Leaders through Reflective Practices in Classical Dance**

**Kostenko Tetiana Mykolaivna**

Candidate of Pedagogical Sciences, Senior Lecturer

of the Department of Musicology, Instrumental and Choreographic Training,

Kyryvyi Rih State Pedagogical University,

54 Gagarin Avenue, Kyryvyi Rih, 50086, Ukraine,

<https://orcid.org/0009-0006-2534-9585>

**Abstract.** *This study examines the theoretical foundations of employing reflective practices in classical dance to develop professional reflection among future*



*choreographic ensemble directors. Professional reflection is conceptualized as a system-forming component of pedagogical expertise and a critical determinant of effective creative leadership within the context of choreographic education transformation. The research objective is to provide theoretical substantiation for the impact of reflective practices on professional reflection development in classical dance pedagogy. The methodological framework encompasses analysis of theoretical constructs of professional reflection, systematization of research on reflective practices in choreographic education, and theoretical modeling of mechanisms through which reflective activity influences professional development. The study establishes that professional reflection among choreographic ensemble directors constitutes the capacity for critical self-analysis within multifunctional professional activity. Four distinct types of reflective practices in classical dance are examined: maintenance of self-observation journals, video analysis of performance execution, mental imagery techniques, and somatic practices of bodily awareness. Five mechanisms through which reflective practices influence professional reflection formation are substantiated: metacognitive skill development, emotional-regulatory capacity formation, pedagogical imagination cultivation, reflective-communicative competency development, and integrative ability formation. The research demonstrates that reflective practices in classical dance generate distinctive opportunities for professional self-knowledge through the integration of corporeal, emotional, cognitive, and social-communicative dimensions of reflective activity.*

**Keywords:** *professional reflection, choreographic groups leaders, classical dance, reflective practices, self-observation journals, video analysis, mental techniques, choreographic education.*

**Постановка проблеми.** Сучасний етап розвитку хореографічної освіти характеризується інтенсивними трансформаціями, зумовленими необхідністю підготовки сучасних фахівців, здатних до рефлексивного керівництва



хореографічними колективами в умовах динамічних змін культурно-освітнього простору. Майбутні керівники хореографічних колективів мають поєднувати високий рівень технічної майстерності з розвиненими здібностями до рефлексивного керівництва творчими колективами. Традиційна система підготовки зосереджена переважно на формуванні технічних навичок виконання та базових методичних знань, залишаючи поза увагою цілеспрямований розвиток рефлексивних компетенцій.

Професійна діяльність керівника хореографічного колективу являє собою складний поліфункціональний феномен, що вимагає синхронної реалізації педагогічних, творчих, організаційних та психологічних функцій. Багатофункціональність породжує необхідність постійного переключення між різними типами професійних завдань, що неможливо без розвиненої здатності до критичного самоаналізу власної діяльності. Робота з різновіковими та різнорівневими учасниками творчого процесу потребує рефлексивного аналізу педагогічних та творчих рішень, усвідомлення їх ефективності та постійного професійного самовдосконалення.

Класичний танець як фундаментальна дисципліна хореографічної освіти володіє унікальним потенціалом для розвитку професійної рефлексії через свої специфічні характеристики. Методична структурованість, вимоги до точності виконання, необхідність постійного самоконтролю та аналітичне ставлення до техніки створюють природні передумови для формування рефлексивних навичок. Проте цей потенціал недостатньо використовується систематично в професійній підготовці керівників хореографічних колективів.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема професійної рефлексії у хореографічній освіті отримує зростаючу увагу дослідників різних галузей. Фундаментальні засади рефлексивної практики закладені в концепції Д. Шона, що стала методологічною основою для розуміння рефлексивних процесів у педагогічній та мистецькій діяльності [15].



Вітчизняні дослідження професійної рефлексії представлено роботами М.В. Роганової, С.С. Рашидової, М.М. Роганова, які розглядають її як детермінанту педагогічної культури [6]. Психологічні аспекти рефлексії досліджували Л.Б. Маліцька [3], А.М. Палій, Т.М. Єльчанинова, В.М. Шевченко [5] та О.Г. Мирошник [4]. Синергетичний підхід до розвитку рефлексивного мислення фахівців представила Н.В. Дмитерко [1]. Рефлексивно насичене освітнє середовище як чинник розвитку рефлексивності досліджував Б.А. Якимчук [8].

Рефлексивні практики в хореографічній освіті досліджуються переважно зарубіжними науковцями. Г. Баннерман систематично дослідив рефлексивне письмо хореографів [9], а Х. Пенг, С.М. Ленд, Т. Холлетт обґрунтували роль відеотехнологій у медіації рефлексивних процесів [13]. Д. Різнер представив комплексний огляд досліджень рефлексивної практики в танцювальній освіті [14].

Психологічні аспекти танцювальної діяльності висвітлюють С.М. Нордін, Дж. Каммінг, які вивчали практики образного уявлення професійних танцівників [12]. Г. Голдшмідт розробив концепцію ментальних технік для танцівників [11], а М. Едді дослідила соматичні практики в танці [10]. Фундаментальний внесок у розуміння рефлексивних процесів здійснила М. Шітс-Джонстон через феноменологічний аналіз зв'язків між рухом і свідомістю [16].

Вітчизняна хореографічна освіта представлена дослідженнями П. Фриза [7] та О. Лань, К. Кшен, Я. Іванової, що розкрили специфіку підготовки педагогів-хореографів та керівників колективів [2].

**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Незважаючи на значний обсяг досліджень професійної рефлексії та окремих аспектів рефлексивних практик у хореографічній освіті, залишається недостатньо розробленим питання систематичного використання рефлексивних практик класичного танцю для розвитку професійної рефлексії майбутніх



керівників хореографічних колективів. Існуючі дослідження не розкривають механізмів впливу конкретних рефлексивних практик на формування професійно-рефлексивних компетенцій. Не обґрунтовано, яким чином ведення щоденників самопостереження, відеоаналіз виконання, ментальні техніки образного уявлення та соматичні практики тілесного усвідомлення можуть бути використані як системний інструмент професійного розвитку в процесі навчання класичному танцю.

**Формулювання цілей статті.** Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні ролі рефлексивних практик класичного танцю як інструменту розвитку професійної рефлексії майбутніх керівників хореографічних колективів та розкритті механізмів їх впливу на формування професійно-рефлексивних компетенцій.

Реалізація мети передбачає вирішення наступних завдань: розкрити сутність професійної рефлексії керівників хореографічних колективів; здійснити аналіз специфічних рефлексивних практик класичного танцю та їх потенціалу для професійного розвитку; обґрунтувати механізми впливу рефлексивних практик на формування професійної рефлексії майбутніх фахівців.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Багатогранність професійної діяльності керівника хореографічного колективу вимагає одночасної реалізації кількох функцій: створення художніх образів, навчання виконавців та організації творчого процесу. Ефективна інтеграція цих функцій можлива лише за умови розвиненої здатності до рефлексивного аналізу власних дій, що актуалізує питання формування такої складної професійної компетентності у майбутніх фахівців.

Специфіка танцювального мистецтва зумовлює унікальні характеристики професійної рефлексії в хореографічній діяльності. На відміну від інших педагогічних галузей, де рефлексія спрямована переважно на аналіз методичних підходів, хореографічна рефлексія інтегрує тілесно-кінестетичний, художньо-



творчий та педагогічний досвід. М.В. Роганова та співавтори визначають професійну рефлексію як детермінанту педагогічної культури та системоутворювальний чинник ефективного керівництва освітнім процесом [6]. Це положення набуває особливого значення для керівників творчих колективів, які мають поєднувати різні типи професійної діяльності.

Цілеспрямований розвиток рефлексії у майбутніх фахівців набуває особливого звучання для керівників хореографічних колективів через багатовимірність їх професійних ролей. Л.Б. Маліцька підкреслює критичну важливість формування рефлексивних компетенцій як основи професійного становлення сучасного педагога [3]. Автор-постановник здійснює рефлексію творчих процесів, аналізує художні рішення та оцінює естетичну цінність створюваного продукту, тоді як педагогічна роль вимагає розвиненої здатності до рефлексивного аналізу навчально-виховних процесів. Управлінська функція потребує усвідомлення групової динаміки, аналізу міжособистісних взаємодій та оцінки ефективності організаційних рішень.

Поглиблюючи розуміння рефлексивних процесів у педагогічній діяльності, варто звернутися до онтологічних вимірів професійної рефлексії. О.Г. Мирошник розкриває багатовимірність рефлексивних процесів у педагогічній діяльності та обґрунтовує їх системотворчу роль у професійному розвитку [4]. Поліфункціональність професії керівника хореографічного колективу потребує не лише розвиненої здатності до самоаналізу у кожній з професійних сфер, але й інтеграції різних типів рефлексивного досвіду в цілісне розуміння власної діяльності.

У контексті трансформації сучасної хореографічної освіти важливо розглянути еволюцію методів підготовки фахівців. Д. Різнер у своєму комплексному огляді досліджень рефлексивної практики в танцювальній освіті показує трансформацію навчальних підходів та зростаючу роль усвідомленого самоаналізу у професійному становленні танцівників [14]. Фундаментальною



дисципліною, яка володіє унікальними характеристиками для розвитку професійної рефлексії, постає класичний танець як основа хореографічної освіти.

Глибока системність та методична структурованість дисципліни проявляється у чіткій послідовності вправ біля станка та на середині залу, логічній градації складності від простих рухів до складних комбінацій, суворому дотриманні принципів анатомічної доцільності. Структурованість створює навчальне середовище, де кожен елемент має чітке методичне обґрунтування та конкретну педагогічну мету.

Крім системності та структурованості, класичний танець відзначається безкомпромісністю вимог до точності виконання, що не допускає приблизності чи компромісів у техніці. Геометрична точність кожної позиції, анатомічна правильність кожного руху, естетична досконалість кожної лінії тіла формують у студентів навички детального самопостереження та критичної самооцінки. Постійне порівняння власного виконання з еталонними зразками та негайна корекція виявлених недоліків розвивають здатність до критичного аналізу.

Не менш важливою характеристикою є необхідність постійного багаторівневого самоконтролю під час виконання класичного танцю, що охоплює одночасний контроль положення всіх частин тіла, координацію рухів з музичним супроводом, підтримання емоційної виразності та художньої цілісності виконання. Багатозадачність розвиває здатність до розподіленої уваги та метакогнітивного контролю.

Третьою специфічною рисою є аналітична основа класичного танцю, що виявляється в тому, що кожен рух має чітку анатомічну основу, логічне обґрунтування та конкретну технічну мету. Студенти аналізують механізми руху, вивчають причинно-наслідкові зв'язки між технічними елементами, осмислюють принципи побудови комбінацій. Формування навичок логічного мислення та здатності до причинно-наслідкового аналізу знаходить теоретичне



обґрунтування в роботах А.М. Палія та співавторів, які розглядають рефлексію як структуротворчий компонент професійної діяльності [5].

Інтеграція фізичного, емоційного та інтелектуального досвіду в єдиний процес навчання становить унікальність класичного танцю. Технічна досконалість поєднується з художньою виразністю, фізичні навички - з емоційною відкритістю, механічне виконання - з творчим осмисленням. Холістичний підхід до професійної діяльності стає критично важливим для майбутніх керівників колективів, які мають інтегрувати різні типи рефлексивного досвіду.

Синтезуючи розглянуті характеристики, варто підкреслити, що унікальні можливості для рефлексивного розвитку, які створює класичний танець, потребують систематичної реалізації через конкретні рефлексивні практики. Розглянемо чотири основні типи таких практик та їх потенціал для професійного становлення майбутніх керівників хореографічних колективів.

Аналітичну природу танцювального мистецтва можна трансформувати в усвідомлену практику професійного самопізнання. Г. Баннерман у своєму дослідженні рефлексивного письма хореографів демонструє, як творчий процес може стати основою для глибокого самоаналізу та професійного розвитку [9]. Ведення щоденників самоспостереження як базова практика письмової рефлексії дозволяє не лише фіксувати поверхневі враження від занять класичним танцем, але й глибоко аналізувати творчі процеси, артикулювати складні професійні переживання та виявляти приховані закономірності власного професійного зростання.

Розглядаючи конкретні форми письмової рефлексії, варто звернутися до багатогранного характеру ведення щоденників у контексті навчання класичному танцю, що охоплює різні аспекти навчального досвіду. Технічний аспект містить детальний аналіз виконання вправ, фіксацію типових помилок та способів їх подолання, відстеження прогресу в засвоєнні складних елементів. Фізіологічний



аспект вимагає опису тілесних відчуттів під час руху, аналізу енергетичних витрат та реакцій організму на різні типи навантажень. Емоційний аспект охоплює рефлексію настрою, мотивації, реакцій на музичний супровід та художні образи. Педагогічний аспект полягає в аналізі ефективності різних методичних підходів, рефлексії взаємодії з викладачем та однокурсниками.

Активний процес критичного переосмислення досвіду, а не просто фіксацію подій, становить сутність рефлексивного ведення щоденника. Практика стає особливо цінною для майбутніх керівників хореографічних колективів, оскільки розвиває здатність до педагогічної рефлексії через аналіз власного навчального досвіду з позиції як учня, так і майбутнього вчителя.

Певні обмеження письмової рефлексії, пов'язані з суб'єктивністю самосприйняття та неможливістю об'єктивного спостереження власних дій під час їх виконання, долає відеоаналіз виконання. Принципово нові можливості для рефлексивної діяльності створюються через об'єктивацію суб'єктивного досвіду виконання.

Потужний засіб медіації рефлексивних процесів через відеотехнології створює принципово нові можливості для професійного розвитку. Х. Пенг, С.М. Ленд, Т. Холлетт обґрунтовують ефективність відеотехнологій у забезпеченні студентам можливості спостерігати власне виконання з зовнішньої перспективи та усвідомлювати аспекти техніки і художності, котрі залишаються поза увагою під час безпосереднього виконання [13]. Можливість «побачити себе збоку» створює унікальні умови для об'єктивного самоаналізу та подолання суб'єктивності самосприйняття.

Структурований багатоетапний процес рефлексивної роботи характеризує застосування відеоаналізу в класичному танці. Етап фіксації охоплює відеозапис виконання базових вправ, комбінацій або цілих уроків з використанням різних ракурсів та фокусування на конкретних технічних аспектах. Багаторазове спостереження вимагає перегляду записів з різною метою: загальне враження,



технічна правильність, художня виразність, відповідність музиці, використання простору. Порівняльний аналіз містить зіставлення власного виконання з еталонними зразками або порівняння власних записів у часовій динаміці для відстеження прогресу.

Глибоке осмислення виявлених особливостей та їх зв'язку з технічними принципами, художніми завданнями та педагогічними цілями становить сутність етапу критичної інтерпретації. Завершальний етап планування полягає у формулюванні конкретних завдань для подальшої роботи на основі проведеного аналізу.

Розвиток критичного мислення, формування об'єктивності самооцінки та здатності до конструктивної самокритики відбувається через систематичне використання відеоаналізу. Особливо цінною практика стає для майбутніх керівників колективів, оскільки формує навички педагогічного спостереження та аналізу, котрі будуть активно використовуватися в роботі з учнями.

Зовнішні прояви руху фіксує відеоаналіз, залишаючи поза увагою внутрішні процеси планування, уявлення та ментальної підготовки до виконання. Фокус рефлексивної діяльності у сферу внутрішніх образів та ментальних процесів переносять ментальні техніки образного уявлення, розширюючи рефлексивні можливості.

Переходячи до третього типу рефлексивних практик, слід розглянути роль ментальних технік образного уявлення. Різноманітні форми ментального уявлення у своїй діяльності активно використовують професійні танцівники. С.М. Нордін та Дж. Каммінг виявили специфічні особливості застосування образних технік у хореографічній практиці та обґрунтували їх роль у підвищенні ефективності навчання та виконання [12]. Кінестетичне уявлення включає ментальне відтворення рухових відчуттів, «проживання» руху на внутрішньому рівні без фізичного виконання. Візуальне уявлення передбачає створення детальних зорових образів власного виконання або спостереження за іншими



виконавцями. Емоційне уявлення включає ментальне відтворення емоційних станів, пов'язаних з конкретними рухами або художніми образами.

Концепцію свідомого і цілеспрямованого застосування образного уявлення для підвищення ефективності навчання та виконання розробив у своїй систематизації підходів до використання ментальних технік у професійній підготовці танцівників. Г. Голдшмідт демонструє можливості інтеграції ментальних технік у різні етапи навчального процесу та доводить їх ефективність у значному підвищенні якості професійної підготовки [13].

Всі етапи навчального процесу в класичному танці можуть інтегрувати ментальні техніки. Підготовчий етап охоплює ментальну репетицію вправ перед їх фізичним виконанням, дозволяючи «налаштувати» нервово-м'язову систему та підготувати свідомість до правильного виконання. Виконавський етап вимагає використання образних уявлень для підтримання правильної техніки, координації та художньої виразності безпосередньо під час руху. Аналітичний етап містить ментальне відтворення виконаних рухів для їх детального аналізу та виявлення шляхів удосконалення. Творчий етап полягає у використанні уяви для пошуку нових художніх рішень, експериментування з різними інтерпретаціями та розвитку власного виконавського стилю.

Професійну уяву, здатність до абстрактного мислення та формування внутрішніх еталонів якості виконання розвиває систематичне використання ментальних технік. Критично важливими навички стають для майбутніх керівників колективів, оскільки дозволяють не лише удосконалювати власне виконання, але й ефективно передавати учням складні технічні та художні концепції через образні уявлення.

Певний відрив від безпосереднього тілесного досвіду та надмірна інтелектуалізація рухової діяльності можуть виникнути внаслідок роботи з ментальними образами. Баланс між ментальними та тілесними аспектами рефлексії забезпечують соматичні практики тілесного усвідомлення,



завершуючи систему рефлексивних практик і інтегруючи всі попередні форми роботи в цілісне усвідомлення психосоматичних взаємозв'язків.

Ефективний засіб збагачення традиційних методик навчання танцю через інтеграцію внутрішнього та зовнішнього досвіду руху представляють соматичні підходи. М. Едді обґрунтовує соматичні практики як інноваційний напрям розвитку хореографічної освіти, спрямований не на механічне відтворення зовнішніх форм руху, а на глибоке усвідомлення внутрішніх процесів, лежачих в основі якісного та виразного виконання [10].

Різноманітні напрями роботи з тілесною свідомістю характеризують застосування соматичних практик у класичному танці. Практики сканування тіла стимулюють здатність до детального усвідомлення стану різних частин тіла перед, під час та після виконання вправ, дозволяючи виявляти зони напруження, дисбалансу або неефективного використання м'язів. Техніки усвідомленого дихання допомагають координувати дихальні процеси з рухом, використовувати дихання для регуляції м'язового тону та підтримання енергетичного балансу під час виконання.

Оптимізацію енергетичних витрат, запобігання травмам та досягнення більш природного і виразного руху забезпечують практики ідентифікації та розслаблення зон напруження. Здатність до тонкої диференціації різних динамічних характеристик руху - швидкості, амплітуди, ритму, акцентів - розвивають техніки усвідомлення якості руху, значно збагачуючи виразні можливості виконавця.

Тілесний інтелект та здатність до саморегуляції - основоположні якості для професійної рефлексії в хореографічній діяльності - формує систематичне використання соматичних практик. Практики дозволяють інтегрувати тілесний, емоційний та інтелектуальний досвід у цілісну професійну компетентність, особливо важливо для майбутніх керівників колективів, котрі мають передавати



учням не лише технічні знання, але й глибоке розуміння виразних можливостей руху.

Потужну систему розвитку професійної рефлексії через дію взаємопов'язаних механізмів впливу створює інтеграція всіх чотирьох типів рефлексивних практик у процес навчання класичному танцю. Кожна практика активізує специфічні аспекти рефлексивної діяльності, а їх взаємодія забезпечує комплексний розвиток професійних компетентностей майбутніх керівників хореографічних колективів.

Систематичне використання рефлексивних практик трансформує традиційний процес технічного навчання в простір інтенсивного професійного самопізнання через п'ять ключових механізмів: розвиток метакогнітивних навичок, формування емоційно-регулятивних здібностей, становлення педагогічної уяви, розвиток рефлексивно-комунікативних компетенцій та формування інтегративних здібностей. Розглянемо детальніше кожен з цих механізмів.

Перший механізм - розвиток метакогнітивних навичок передбачає навчання студентів спостерігати за власними пізнавальними процесами, аналізувати ефективність різних стратегій засвоєння навчального матеріалу та усвідомлювати індивідуальні особливості власного навчального стилю. Ведення щоденників культивує здатність до систематичного самоспостереження та рефлексивного аналізу навчального процесу. Відеоаналіз забезпечує об'єктивний зворотний зв'язок та можливість порівняльного аналізу власного прогресу. Ментальні техніки збагачують навички планування та прогнозування результатів діяльності. Соматичні практики активізують усвідомлення процесів навчання на тілесному рівні, що виявляється критично важливим для хореографічної діяльності.

Другий механізм - формування емоційно-регулятивних здібностей полягає у навчанні студентів усвідомлювати власні емоційні переживання під час



навчальної діяльності, розуміти їх вплив на ефективність засвоєння матеріалу та розвивати здатність до конструктивного використання емоцій у професійній діяльності. Щоденники уможливають фіксацію та аналіз емоційних станів, виявлення закономірностей емоційних реакцій на різні навчальні ситуації. Відеоаналіз демонструє зовнішні прояви емоцій та їх вплив на якість виконання. Ментальні техніки навчають свідомому керуванню емоційними станами через образні уявлення. Соматичні практики збагачують усвідомлення психосоматичних зв'язків та здатність до емоційної саморегуляції через роботу з тілом.

Третій механізм - становлення педагогічної уяви базується на аналізі власного навчального досвіду з позиції майбутнього педагога, що лежить в основі розвитку здатності до рефлексивного керівництва. Студенти поступово формують розуміння принципів ефективно організації навчального процесу, методів мотивації учнів та способів подолання навчальних труднощів. Власний рефлексивний досвід трансформується в основу для формування педагогічної компетентності та розуміння специфіки навчання хореографічному мистецтву.

Четвертий механізм - розвиток рефлексивно-комунікативних компетенцій реалізується через навчання студентів артикулювати власний професійний досвід, ділитися спостереженнями з колегами, формулювати питання та конструктивно обговорювати професійні труднощі і досягнення. Рефлексивні практики збагачують професійну мову, культивують здатність до точного опису технічних та художніх аспектів виконання, формують навички конструктивної критики та взаємного навчання.

П'ятий механізм - формування інтегративних здібностей забезпечує розвиток холістичного підходу до професійної діяльності, що відбувається через усвідомлення зв'язків між технічними, художніми, емоційними та педагогічними аспектами хореографічної діяльності. Рефлексивні практики в класичному танці навчають студентів бачити професійну діяльність як цілісну



систему взаємопов'язаних елементів, формуючи системне мислення та здатність до комплексного аналізу професійних ситуацій.

Синергетичний ефект забезпечує взаємодія окреслених механізмів, створюючи не просто суму окремих навичок, а якісно новий рівень професійної компетентності. Така інтеграція рефлексивних практик трансформує освітній процес у простір інтенсивного професійного самопізнання та розвитку, готуючи майбутніх керівників хореографічних колективів до рефлексивного керівництва творчими колективами в сучасних умовах розвитку мистецької освіти.

**Висновки.** Проведений теоретичний аналіз демонструє, що рефлексивні практики в класичному танці володіють значним потенціалом для системного розвитку професійної рефлексії майбутніх керівників хореографічних колективів та можуть розглядатися як інноваційний інструмент професіогенезу в сучасній хореографічній освіті.

Розкрито сутність професійної рефлексії керівників хореографічних колективів як інтегральної здатності до критичного аналізу власної багатофункціональної діяльності, забезпечуючи ефективну реалізацію педагогічних, творчих, організаційних та психологічних функцій у роботі з творчим колективом. Обґрунтовано специфічні характеристики рефлексії, зумовлені унікальною природою танцювального мистецтва, де тіло є одночасно інструментом творчості, матеріалом художнього вираження та засобом педагогічної комунікації.

Здійснено комплексний аналіз специфічних рефлексивних практик класичного танцю та їх потенціалу для професійного розвитку. Встановлено, що класичний танець володіє унікальними характеристиками - глибокою системністю та методичною структурованістю, абсолютними вимогами до точності виконання, необхідністю постійного багаторівневого самоконтролю, аналітичною природою та інтеграцією різних типів досвіду, - створюючи ідеальні передумови для розвитку рефлексивних навичок. Обґрунтовано систему



чотирьох взаємодоповнюючих рефлексивних практик: ведення щоденників самопостереження як базової практики систематичної фіксації та аналізу багатовимірного навчального досвіду; відеоаналізу виконання як інноваційної практики об'єктивного самопостереження; ментальних технік образного уявлення як засобу роботи з внутрішніми образами та ментальними процесами; соматичних практик тілесного усвідомлення як способу інтеграції тілесного, емоційного та інтелектуального досвіду.

Обґрунтовано механізми впливу рефлексивних практик на формування професійної рефлексії майбутніх фахівців через п'ять взаємопов'язаних процесів: розвиток метакогнітивних навичок через систематичне самопостереження та аналіз власних пізнавальних процесів; формування емоційно-регулятивних здібностей через усвідомлення та конструктивне використання емоційних переживань; становлення педагогічної уяви через рефлексивний аналіз власного навчального досвіду; розвиток рефлексивно-комунікативних компетенцій через артикуляцію та обговорення професійного досвіду; формування інтегративних здібностей через усвідомлення взаємозв'язків між різними аспектами хореографічної діяльності.

Встановлено, що комплексне застосування рефлексивних практик у класичному танці створює синергетичний ефект через органічну інтеграцію технічного вдосконалення з глибоким професійним самопізнанням. Кожна практика активізує специфічні механізми розвитку рефлексії, а їх системна взаємодія забезпечує формування цілісної професійної компетентності майбутніх керівників хореографічних колективів, готових до рефлексивного керівництва творчими колективами.

Наукова новизна дослідження полягає в розробці концепції використання рефлексивних практик класичного танцю як системного інструменту професійного розвитку майбутніх керівників хореографічних колективів, теоретичному обґрунтуванні сутності їх професійної рефлексії та механізмів



впливу рефлексивних практик на її формування у контексті специфіки хореографічної діяльності.

Практична значущість результатів дослідження полягає в можливості їх використання для оновлення змісту навчальних програм з класичного танцю, розробки методичних рекомендацій для викладачів хореографічних дисциплін щодо впровадження рефлексивних практик, створення інноваційних технологій професійної підготовки та системи оцінювання професійного розвитку студентів хореографічних факультетів.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з емпіричною перевіркою ефективності розробленої теоретичної моделі рефлексивних практик в умовах реального освітнього процесу, розробкою конкретних методик їх застосування для різних рівнів навчання класичному танцю, дослідженням можливостей інтеграції сучасних цифрових технологій у рефлексивні процеси та розробкою системи підготовки викладачів до роботи з рефлексивними практиками в хореографічній освіті.

### Список використаних джерел

1. Дметерко Н. В. Порівняльний аналіз методів розвитку професійної рефлексії та рефлексивного мислення фахівця. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2023. Вип. 6. С. 45–49. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.6.8>
2. Лань О., Кшен К., Іванова Я. Особливості педагогічної роботи керівника зразкового хореографічного колективу. *Молодий вчений*. 2022. № 8 (108). С. 55–58. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2022-8-108-13>
3. Маліцька Л. Б. Розвиток рефлексії у майбутніх фахівців. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2022. Вип. 4. С. 84–88. DOI: <https://doi.org/10.31812/psychology.v4i.7432>



4. Мирошник О. Г. Онтологічні виміри професійної рефлексії вчителя у педагогічній взаємодії. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2021. № 1. С. 96–102. DOI: <https://doi.org/10.32999/KSU2312-3206/2021-1-13>

5. Палій А. М., Єльчанінова Т. М., Шевченко В. М. Рефлексія як структуротворчий компонент професійної діяльності. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 6(40). С. 867–876. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-6\(40\)-867-876](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-6(40)-867-876)

6. Роганова М. В., Рашидова С. С., Роганов М. М. Професійна рефлексія викладача закладу вищої освіти як умова його педагогічної культури. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2023. № 1(105). С. 141–151. DOI: <https://doi.org/10.33216/2220-6310/2023-105-1-141-151>

7. Фриз П. Формування професійних компетенцій майбутнього педагога-хореографа у процесі фахової підготовки. *Молодь і ринок*. 2023. № 11–12 (219–220). С. 105–107. DOI: <https://doi.org/10.24919/2308-4634.2023.296979>

8. Якимчук Б. А. Рефлексивно насичене освітнє середовище як чинник розвитку рефлексивності майбутніх психологів. *Modern engineering and innovative technologies*. 2023. Issue 26. Part 3. С. 84–85. DOI: <https://doi.org/10.30890/2567-5273.2023-26-03-027>

9. Bannerman H. Choreographers' Reflexive Writing – A Very Special Practice. *Forum for Modern Language Studies*. 2010. Vol. 46(4). P. 474–487. DOI:10.1093/fmls/cqq017

10. Eddy M. A brief history of somatic practices and dance: historical development of the field of somatic education and its relationship to dance. *Journal of Dance & Somatic Practices*. 2009. Vol. 1(1). P. 5–27. DOI: [https://doi.org/10.1386/jdsp.1.1.5\\_1](https://doi.org/10.1386/jdsp.1.1.5_1)

11. Goldschmidt H. Dancing With Your Head On: Mental Imagery Techniques for Dancers. *Journal of Dance Education*. 2002. Vol. 2(1). P. 15–22. DOI: <https://doi.org/10.1080/15290824.2002.10387202>



12. Nordin S. M., Cumming J. Professional Dancers Describe Their Imagery: Where, When, What, Why, and How. *The Sport Psychologist*. 2005. Vol. 19(4). P. 395–416. DOI: <https://doi.org/10.1123/tsp.19.4.395>

13. Peng X., Land S. M., Hollett T. Embodied Reflective Practices in Ballet: How Video Technology Mediates Reflection Across Time, Scale, And Bodies. *International Conference on Learning Sciences*. 2020. P. 138–146.

14. Risner D. New Reflective Practice Research in Dance Education. *Journal of Dance Education*. 2017. Vol. 17(3). P. 89–90. DOI:10.1080/15290824.2017.1355183

15. Schon D. A. The Reflective Practitioner: How Professionals Think In Action. *Journal of Policy Analysis and Management*. 2011. Vol. 34(3). DOI:10.1080/07377366.1986.10401080

16. Sheets-Johnstone M. The Phenomenology of Dance: 50th Anniversary Edition. Philadelphia : Temple University Press, 2015. 272 p.