



Ing. Světlá Jelenová

středoškolská učitelka, lektorka, mentorka

„Život je nejlepší školou života.“ J. Cimrman

Moje cesta do školství byla dlouhá, ale užitečná. Po absolvování VŠE v Praze jsem pracovala v podnikových financích, marketingu i zákaznickém servisu zahraničních firem. Později jsem začala vyučovat firemní klientelu obchodní angličtinu. V současnosti učím na střední odborné škole. Baví mě to a věřím, že by učení mělo bavit i studenty. Řídím se mottem: Učit (se) míň a zároveň líp. Příležitostně také provázím na zámku v Opočně, zajímá mě historie, a jak se životy lidí mění v jejím průběhu. Objevila jsem kouzlo saunování a jógy, ale vždycky mě potěší setkání s rodinou a přáteli, dobré jídlo a víno.

JAKO MENTORKA NABÍZÍM BEZPEČNÝ A DŮVĚRNÝ PROSTOR V OBLASTECH

- Podpory sebereflexe profesního a osobnostního rozvoje (silné a slabé stránky, příležitosti - současná situace, co posílit, co změnit a jak to nejlépe udělat)
- Využití jednoduchých dechových relaxačních technik a mindfulness (bdělosti) v každodenním životě jako prevence syndromu vyhoření
- Posilování integrity, radosti z práce a ze života

VYBRANÁ TÉMATA ZE ŠKOLNÍHO PROSTŘEDÍ, KTERÝM SE MŮŽEME PRAKTICKY VĚNOVAT

- Rozvoj aktivního naslouchání jako cesty k přímé, jasné a adekvátní komunikaci se žáky, kolegy, rodiči
- Výhody učebního procesu zaměřeného na konstruování znalostí oproti jejich prostému předávání
- Jak přejít od motivace pomocí odměn a trestů více k inspirování žáků
- Možnosti a výhody formativního/průběžného slovního hodnocení a sebehodnocení žáků

PRO JAKÉ UČITELE MOHU BÝT UŽITEČNÁ

- Pro učitele 2. stupně ZŠ
- Pro učitele SŠ
- Pro začínající nebo naopak dlouholeté učitele se zájmem (a chutí) tvořit svůj profesní i osobní život

VZDĚLÁNÍ A VYBRANÉ KURZY

- Program ČŽV Učitel střední školy, UHK / 2018
- Hodnotitel ústní maturitní zkoušky z anglického jazyka, Cermat / 2018
- Kurz neuro-lingvistického programování / 2016
- Mindfulness, trénink vědomé pozornosti / 2015
- Koučink akademie, První spirála kouče - certifikovaný kurz Mezinárodní federace koučů / 2015
- Lektorský kruh: Leadership, Krizová komunikace, Koučování a mentoring, Skupinová dynamika a systemika / 2014
- CAE Certificate in Advanced English / 2008
- Moderní a efektivní lektor - Management vzdělávání dospělých, Efektivní formy výuky dospělých, kurz Univerzity Hradec Králové / 2007
- Professional Development and Training, semináře Oxford University Press, Cambridge University Press, konference AJŠ aj. / průběžně
- International Teacher's Course, Broadstairs, UK / 2007
- Vysoká škola ekonomická v Praze, fakulta výrobně-ekonomická, obor ekonomika průmyslu, titul Ing. / 1991