NF DB

Klarer Plan. Starker Auftritt.

Für Schüler*innen, die ihr Abitur auf den Punkt bringen wollen.

ABITUR-VORBEREITUNG

Zeitraum: Märzferien + ab schulfrei April

Altaufgaben + Prüfungs-simulationen

- **Vorbereitungskurse schriftliches Abi:** Mathe, Physik, Chemie, Geo, Bio und Sportwissenschaften, S. 2 - 4
- **Individueller Support fürs schriftliche Abitur**, S. 5
- Mündliches Abitur- **Vorbereitung auf die klassische Prüfung**, S. 6
- Mündliches Abitur - **Präsentationsleistung**, S. 7 - 8
- **Lerncoaching-Workshops**: Methodik oder Mental Health, S. 9 - 10
- **NFDB-Team**, S. 11 - 13

Bei Fragen: WhatsApp - 49 (0)151 519 373 51

ABI-VORBEREITUNGS-KURSE 1/3

Mathematik · Physik · Chemie · Informatik · Biologie · Geographie · Sportwissenschaften

Unsere Abiturvorbereitung ist **klar strukturiert, fachlich tiefgehend und auf nachhaltiges Verstehen ausgelegt.**
Seit über 10 Jahren begleiten wir Schüler*innen erfolgreich durchs Abitur – vom soliden Bestehen bis hin zu 15-Punkte-Zielen.

Aufbau der Kurse

Jeder Kurs behandelt ein konkretes Abitur-Thema
(orientiert am offiziellen Abitur-A-Heft der Schulbehörde HH, pro Fach bis zu 4 Themen.
Meist müssen 3 Themen in der Abiturprüfung bearbeitet werden).
Zudem ist 1 Workshop inklusive*

Kursumfang pro Thema:

- 2 × 3 Stunden Präsenz- oder Online-Unterricht (Inhalt & Stoff)
- 2 × 45 Minuten Online-Feedback zu Original-Abituraufgaben

Ablauf der Kurse

- **Einheit 1 (3 Stunden)**: Wiederholung der zentralen Grundlagen, systematische Einordnung des Themas, erste Übungsaufgaben.
- **Zwischenphase:** Individuell ausgewählte Original-Abituraufgaben für zuhause (niveauangepasst) → Einreichen zur Korrektur.
- **Online-Feedback (45 Min):** Korrektur, Verständnisfragen, Lösungsstrategien, typische Fehler.
- **Einheit 2 (3 Stunden):** Vertiefung & Abschluss des Themas, Transfer auf anspruchsvollere Aufgaben.
- **Zweite Aufgabenphase** → Einreichen zur Korrektur → **Feedback-Call (45min)**

Mögliche Kurstermine:
In den Märzferien und ab der schulfreien Zeit vor den Prüfungen

ABI-VORBEREITUNGS-KURSE 2/3

Mathematik · Physik · Chemie · Informatik · Biologie · Geographie · Sportwissenschaften

Preise:
*Im ersten Kurs ist ein Lerncoaching-Workshop enthalten.
Ab dem 2. Kurs ist kein Workshop mehr drin.
Jeder weitere Workshop kann für 79 Euro dazu gebucht werden.

Je mehr teilnehmen, desto günstiger wird´s für jede*n!
Es gibt zudem Rabatte, wenn man mehrere Kurse bucht :)

Pro Kurs: 7,5 Stunden Betreuung, Material + Korrektur Aufgaben	**4 Teilnehmende** → pro Person (pro Kurs/ **Gesamtpreis**)	**5 Teilnehmende** → pro Person (pro Kurs/ **Gesamtpreis**)	**6 Teilnehmende** → pro Person (pro Kurs/ **Gesamtpreis**)
1 Kurs inkl. 1 Workshop	**207 €**	**167 €**	**137 €**
2 Kurse pro Kurs/ gesamt inkl. 1 Workshop	193,5 €/ **387 €**	153,5 €/ **307 €**	128,5 €/ **257 €**
3 Kurse pro Kurs/ gesamt inkl. 1 Workshop	175,67 €/ **527 €**	142,33 €/ **427 €**	119 €/ **357 €**
4 Kurse pro Kurs/ gesamt inkl. 1 Workshop	169,25 €/ **677 €**	134,25 €/ **537 €**	117,75 €/ **447 €**

Ab 5 Kursen berechnen wir alles auf Grundlage wie bei 4 Kursen.

Workshops, Dauer 3 Stunden:

- Mental Health: **Abistress- nein Danke! 10.4.26**
- **KI als Lernassistenz SINNVOLL ausbauen Fr 17.4.**
- Schreibcoaching: **Material filtern + Gliederung erstellen Do 18.4.**

ABI-VORBEREITUNGS-KURSE 3/3

Mathematik · Physik · Chemie · Informatik · Biologie · Geographie · Sportwissenschaften

Was unsere Kurse besonders macht

- **Systemisches Vorgehen:** Wir erklären Zusammenhänge, fördern das Verständnis -> keine Auswendiglernerei
- **Kleine Gruppen:** Start ab 4 Teilnehmenden, maximal 6 Schüler*innen.
- **Individuelle Aufgabenwahl:** angepasst an Leistungsstand & Zielsetzung.
- **Eigene Skripte:** Mit klaren Grundlagen, Beispielen und Übungsaufgaben – vorab verfügbar.
- **Raum für Ambition:** Auch ideal für Schüler*innen, die sehr hohe Punktzahlen anstreben.
- **Hochqualifizierte Dozierende:** Unser Team besteht aus **Tutor*innen mit Universitätsabschluss**. Sie verfügen über jahrelange Berufserfahrung im Unterrichten (Schule und Uni) sowie der **Betreuung von Abschluss- und Prüfungsarbeiten** (Abitur, Bachelor, Master).

Organisation & Start

- Wir geben keine festen Termine vor (passt aus Erfahrung nie!)
- Kurse starten, sobald sich 4 passende Teilnehmende gefunden haben.
- Auch individuelle Kurse für Freundes- oder Klassengruppen sind möglich.
- → Gerne im Klassenchat nachfragen und Bedarf sammeln.

Bei Interesse:
Schreibt einfach eine WhatsApp
0151 519 373 51

Finale Buchung erfolgt erst nach Absprache!

Ziel: Struktur geben, Sicherheit schaffen und fachlich so arbeiten, dass die Prüfungen Spaß machen:)

EINZELUNTERRICHT SCHRIFTLICHES ABI

NF DB

Mathematik · Physik · Chemie · Informatik · Biologie · Geographie · Sportwissenschaften

Unser Fachunterricht richtet sich an Schüler*innen, die **mehr wollen als nur bestehen**. In der **1:1-Betreuung** arbeiten wir gezielt an Struktur, Sicherheit und Tempo. Fachliche Lücken werden konsequent geschlossen, Inhalte präzise wiederholt und **echtes Verständnis** aufgebaut.

Ein zentraler Schwerpunkt ist die Arbeit mit **Original-Abituraufgaben**: Aufbau erkennen, Anforderungen verstehen und Aufgaben **strategisch, effizient und fehlerarm** bearbeiten.

Ergänzt wird der Unterricht durch einen **Lerncoaching-Workshop**, der **mentale Stärke** oder **methodische Effizienz** aufbaut. So wird Leistung im Abitur zuverlässig abrufbar.

Package:

- **6x 90 min Einzelunterricht:** Präsenz oder online
- Gesamt **90 Minuten Support per WhatsApp** für kleine Fachfragen oder Korrekturen
- **1 Workshop inklusive**

Gesamtpreis: 727 Euro

Ratenzahlung: 2x 363.5 Euro

Laufzeit: 8 Wochen

Ablauf des individuellen Einzelunterrichts

- Einstieg: **Checklisten** zur Standortbestimmung (sichere Inhalte & Lücken)
- Unterricht: **gezielte Wiederholung der Grundlagen + Übungsaufgaben**
- Zuhause: **Bearbeitung von niveauangepassten Original-Abituraufgaben**
- Folgetermin: **Besprechung, Korrektur & Feedback**
- Fortgang: **strukturierter Aufbau entlang eines individuellen Lernplans**
- **Bio & Geo: zusätzlicher Fokus auf abiturreifes Schreiben**

Workshops, Dauer 3 Stunden:

- Mental Health: **Abistress- nein Danke! 16.4.26**
- **KI als Lernassistenz SINNVOLL ausbauen Fr 17.4.**
- Schreibcoaching: **Material filtern + Gliederung erstellen Do 18.4.**

Bei Interesse: Schreibt einfach eine WhatsApp 0151 519 373 51

Mögliche Zeiten:
In den Märzferien und ab der schulfreien vor den Prüfungen

MÜ ABI KLASSISCH

Mathematik · Physik · Chemie · Informatik · Biologie · Geographie · Sportwissenschaften

individueller **Einzelunterricht** für (leistungsstarke) Abiturient*innen – mit Fokus auf **sicheres Auftreten und präzise fachliche Kommunikation**.

Im mündlichen Abitur reicht es nicht, Aufgaben lösen zu können – **man muss erklären, begründen und souverän präsentieren**. Genau hier setzen wir an.
Viele Schüler*innen haben das Wissen, aber keinen aktiven mündlichen Zugriff darauf. Wir trainieren gezielt den **fachlichen Wortschatz, klare Argumentationsketten und prüfungstaugliche Antworten.**

Gesamtpreis: 727 Euro

Ratenzahlung: 2x 363,5 Euro

Laufzeit: 8 Wochen

Package:

- **6x 90 min Einzelunterricht:** Präsenz oder online
- Gesamt **90 Minuten Support per WhatsApp** für kleine Fachfragen oder Korrekturen
- **1 Workshop inklusive**

Ablauf des individuellen Einzelunterrichts

- konsequente **Prüfungssimulation**
- vor jedem Termin: **Du bekommst Aufgaben** und bereitest diese vor
- Termin: max. 10 Minuten pro Thema, um **Lösungen mündlich vorzutragen**
- im Unterricht: präzisieren, strukturieren, erklären – so lange, bis es sitzt
- gezieltes **Aufdecken von Lücken, Wiederholung zentraler Inhalte, Aufbau von Verständnis**
- Wir fördern und unterstützen dich – **damit Wissen unter Prüfungsdruck abrufbar bleibt.**

Struktur & Timing

Das erste Thema darfst du dir aussuchen.
Das zweite Thema wird erst zwei Wochen vor der Prüfung bekannt gegeben.

Daher empfehlen wir eine klare Strategie:

- ab Anfang Mai: Wiederholung und Vertiefung des frei wählbaren Themas (3 Termine)
- ab Bekanntgabe: intensive Vorbereitung des zweiten Themas (3 Termine)

Bei Interesse: Schreibt einfach eine WhatsApp 0151 519 373 51

Workshops, Dauer 3 Stunden:

- Abistress- nein Danke! → Fr 5.6.
- sicheres Auftreten & präsentieren → Sa 6.6.

MÜ ABI PRÄSENTATION 1/2

NF DB

Mathematik · Physik · Chemie · Informatik · Biologie · Geographie · Sportwissenschaften

Die zentrale Herausforderung der Präsentationsleistung liegt darin, **sich innerhalb von zwei Wochen** sicher in ein **komplexes Thema** einzuarbeiten, relevante Inhalte gezielt zu filtern und daraus eine **stringente Präsentation von maximal 10 Minuten** zu entwickeln. In dieser kurzen Zeit müssen fachliche Tiefe, klare Struktur und präzise Darstellung zusammenkommen. Genau dabei begleiten wir den gesamten Prozess – **von der Aufgabenstellung bis zur fertigen Präsentation.**

Die Vorbereitung auf das Nachgespräch ist nicht enthalten.
Wer hierfür Unterstützung benötigt, kann ergänzend das Angebot „Mündliches Abitur – klassisch" buchen.

Gesamtpreis: 437 Euro

Ratenzahlung: 2× 228.5 Euro

PL-Package:

Wir arbeiten uns vorab vollständig in deine Aufgabenstellung ein, um im Unterricht ohne Zeitverlust starten zu können und den fachlichen Überblick zu haben. Die Ausarbeitung erfolgt jedoch immer durch dich selbst.
Du setzt dich vor dem ersten Termin eigenständig mit der Aufgabe auseinander – wir steigen dort ein, wo es hakt, klären Verständnisfragen, geben Struktur und helfen beim Weiterdenken.
Ghostwriting findet nicht statt.

- **2 × 90 Minuten Einzelunterricht** (Präsenz oder online)
- **90 Minuten fachlicher Support per WhatsApp** (Rückfragen, Korrekturen, Feedback)
- **Generalprobe**
- **1 Workshop inklusive**

Verbindlicher Workshop

Die Teilnahme am Workshop **„Präsentationsleistung erstellen"** ist verpflichtend.
Hier werden Methodik, Arbeitsprozess und Zeitplan klar definiert – die Grundlage, um die **Dokumentation innerhalb einer Woche zu schreiben** und in der **zweiten Woche eine präzise, prüfungstaugliche Präsentation zu erstellen.**

Termin: Fr 5.6. → 15 -18 Uhr

Danke das ihr mich so unterstützt habt es hat sich sehr gelohnt. Ich habe 15 Punkte und ich durfte den Raum verlassen mit den Worten "auch die schönste Prüfung hat ein Ende"😆😆😆

Gymnasium Blankenese
Biologie - Luftschadstoffe

Bei Interesse: Schreibt einfach eine WhatsApp 0151 519 373 51

MÜ ABI PRÄSENTATION 2/2

NF DB

Mathematik · Physik · Chemie · Informatik · Biologie · Geographie · Sportwissenschaften

Ablauf der Betreuung

- Schick uns deine Aufgabe als Foto per WhatsApp.
- Wir klären intern, wer dich unterstützt.
- Der erste Termin findet i.d.R. 1-2 Tage später statt

1. Termin (kurz nach Aufgabenerhalt):

- Klärung des Themas & aller offenen Fragen
- Entwicklung von Leitfrage und Gliederung
- Mathe: je nach Aufgabenart Beginn Lösungen oder strukturierter Start Modellierung

Arbeitsphase zu Hause:

- Ggf. weitere Berechnungen/ Recherche
- Schreiben der Dokumentation
- Korrektur & Feedback durch uns (meist 2–3 Runden)

2. Termin:

- Klärung neu entstandener Fragen
- Aufbau der Präsentation
- Mathe: Lösung der verbleibenden Aufgaben

Finalisierung (zuhause):

- Fertigstellung der Präsentation
- Feedback & Korrekturen durch uns

Generalprobe:

- Präsentationen mit Schüler*innen ähnlicher Themen
- Lernen voneinander + gezieltes Feedback

Zeig, was du kannst!

Bei Interesse: Schreibt einfach eine WhatsApp 0151 519 373 51

Die mündliche ist mit 13 Punkten geschafft, das hätte ich niemals gedacht. Vielen vielen Dank für die tolle Unterstützung!!🥰 17:16

Helene-Lange-Gymnasium
Mathe: Modellierungsaufgabe

WORKSHOPS ZUR UNTERSTÜTZUNG DER ABIPHASE 1/ 2

Abistress- nein Danke!

Termine
- **10.4.26**
- **5.6.26**

(De-)Motivation bis High-performance- Stressmanagement

3 Stunden Workshop

Wenn du im Schulalltag funktionierst, aber **Prüfungsdruck, hohe Erwartungen oder Selbstzweifel** Kraft kosten, setzt dieser Workshop genau dort an. Im Fokus stehen **Leistungsanspruch, Perfektionismus, Stress und Motivation** – und wie du unter Druck **stabil abrufst**, was du kannst.

Du entwickelst **klare Routinen** für die Abivorbereitung, lernst mit Fehlern konstruktiv umzugehen und deine Ansprüche realistisch einzuordnen. **Pausen** werden als Teil von Leistungsfähigkeit verstanden. Zudem schärfst du deine **Ziele und Prioritäten**, um auch in intensiven Phasen fokussiert zu bleiben – selbst bei schwankender Motivation.
Für Abiturient*innen, die **Leistung bringen wollen**, ohne sich zu überfordern.

KI als Lernassistenz fürs Abitur nutzen

3 Stunden Workshop

Wir üben, präzise Prompts zu schreiben und zeigen, wie du Inhalte nach Fächern und Themen strukturierst, um verlässliche, abiturrelevante Ergebnisse zu erhalten.

Du nimmst mit:
- praxiserprobte Prompt-Bausteine & Checklisten für die Abivorbereitung
- ein Ordnungs- und Ablageschema für Fächer, Themen und Aufgaben
- Strategien für verlässliche Ergebnisse (Umgang mit Vergessen & Halluzinationen)

KI als Lernassistenz für´s Abi

Termin
- **17.4.26**

PL erstellen

Termin
- **5.6.26**

Präsentationsleistung & mündliches Abi meistern: Methodik

3 Stunden Workshop

In diesem Workshop lernst du, wie du deine mündliche Abiprüfung oder Präsentationsleistung **strukturiert und überzeugend** vorbereitest. Wir besprechen, wie du den **Erarbeitungs- und Schreibprozess** besser verstehst, deinen **Recherchetyp** erkennst und typische Fallstricke vermeidest.

Du lernst **Methoden wie Mindmap und Storyboard** kennen, erfährst, warum die **Dokumentation so wichtig** ist, was eine **gute Storyline** ausmacht – und was wirklich in die Präsentation gehört. Ideal für alle, die effizient ihre PL in den kurzen 2 Wochen gut hinbekommen wollen.

STANDARD WORKSHOPS & COACHINGFORMATE 2/ 2

NF DB

sicheres Auftreten

Präsentation, Prüfung & Performance
3 Stunden Workshop

Ob **klassisches mündliches Abitur oder Präsentationsleistung:** In diesem Workshop geht es nicht um Inhalte, sondern darum, **wie du auftrittst, sprichst und präsentierst.** Wir arbeiten an sicherem Auftreten, klarer Sprache und einem souveränen Umgang mit Nervosität.

Im Fokus stehen **Präsenz, Struktur und Reaktionsfähigkeit**: ruhig bleiben, den roten Faden halten, auf Nachfragen strukturiert antworten und auch unter Druck **kontrolliert und überzeugend wirken**. Ziel ist, dass du deine **Leistung sichtbar machen** kannst – auch in der Präsentation und der anschließenden Fragerunde.

Termin
- **6.6.26**

Aufgaben analysieren & Antworten strukturieren
3 Stunden Workshop

Dieser Workshop vermittelt **strategische Arbeitstechniken für das schriftliche Abitur**, insbesondere in den **Schreibfächern**. Im Fokus steht, Aufgabenstellungen und **Materialien zielgerichtet zu sichten**, Relevantes sicher zu filtern und daraus **klare Gliederungen mit den wichtigsten Stichworten** zu entwickeln – als Grundlage für vollständige, strukturierte und abiturreife Antworten.

Für alle, die im schriftlichen Abi **den Überblick behalten** und ihre **Leistung strukturiert auf den Punkt** bringen wollen.

Schreib-coaching: Filtern & gliedern

Termin
- **18.4.26**

In jedem Kurs bzw. Mündliches-Abitur-Package ist ein Workshop inklusive.

Weitere Workshops können optional hinzugebucht werden (79 € pro Workshop).

Bei Interesse:

Schreibt einfach eine WhatsApp

0151 519 373 51

Die separate Teilnahme ohne fachliche Begleitung ist ebenfalls möglich und kostet 99 € pro Workshop.

NFDB-TEAM

MIT HERZ, HIRN UND HALTUNG

Fachunterricht gibt's bei

- Bogdan (Mathe, Physik, Informatik)
- Celine (Mathe, Chemie, Bio)
- Desiree (Bio, Geographie)
- Ekin (Bio, Sportwissenschaften)
- Kay (Mathe, Physik, Chemie)
- Nelson (Mathe, Physik)
- Timo (Mathe, Informatik, Chemie, Physik, Bio)

Lerncoaching gibt's bei

- Desiree
- Eileen
- Rudy

Bogdan promoviert am DESY und arbeitet zusätzlich am CERN.
Er unterrichtet Mathe, Physik und Informatik – strukturiert und mit Fokus auf Grundlagenverständnis. Am liebsten arbeitet er mit Schüler*innen, die wissen wollen, warum etwas so ist – und sich eigenständig vorbereiten.

Celine studiert Biologie im Master an der Uni HH. Ihr Unterricht ist geprägt von Geduld, Einfühlungsvermögen und dem Ziel, Schüler*innen ohne Leistungsdruck zu fördern. Spaß am Lernen steht für sie im Mittelpunkt. Fächer: Mathe, Chemie, Bio.

Desiree ist Gründerin von NFDB, Biologin, Geographin, zertifizierte Schreibberaterin (Uni HH) und Trainerin für das Marburger Konzentrationstraining (MKT).
Ihr Fokus liegt auf Lerncoaching für neurodiverse Schüler*innen. In Bio und Geographie fördert sie intrinsische Motivation und eigenständiges Arbeiten.

Ekin ist in der Abschlussphase seines Biologiestudiums an der Uni HH. Er brennt für Ökologie, Evolution und der Sportart Armdrücken. Schüler*innen hilft er in Biologie und Sportwissenschaften. Mit seiner ruhigen Ausstrahlung schafft er eine entspannte Arbeitsatmosphäre, vermittelt Themen anschaulich und lebendig.

Timo ist unser Allrounder – er unterstützt in Mathe, Chemie, Physik, Informatik, Geographie und Biologie. Sein Unterricht ist strukturiert, anschaulich und voller lebendiger Beispiele. Mit Geduld, Einfühlungsvermögen und echtem Mitfiebern begleitet er seine Schüler*innen.
Lernplanung und Motivation aus dem Lerncoaching fließen dabei immer mit ein.

NFDB-TEAM

1/2

Kay ist Chemiker (B.Sc.) mit viel Tutorerfahrung an der Uni. Er arbeitet strukturiert, legt Wert auf solide Mathe-Basics und hilft dabei, Fachthemen wirklich zu verstehen.
Kay nimmt bewusst Tempo raus, lässt sich nicht stressen und unterstützt auch neurodiverse Schüler*innen dabei, in kleinen „Mäuseschritten" sicherer zu arbeiten um Fehler zu reduzieren. Er schafft es, trockene Matheaufgaben so zu erklären, dass sie sich eher wie ein richtig guter Flow anfühlen statt wie Pflichtprogramm.
Für alle, die in Chemie und Mathe Struktur, Ruhe und echte Aha-Momente suchen.

Nelson ist Astrophysiker und unterrichtet in Teilzeit an einer Hamburger Privatschule.
Er ist ein geduldiger Erklärer und betreut seit Jahren, neben der Tätigkeit bei NFDB, hochbegabte Schüler*innen in Förderprogrammen der Uni HH.
Wer in Mathe und Physik einen echten Boost braucht, ist bei ihm genau richtig.

Eileen ist systemischer Coach und Lehrerin für Mathematik und Wirtschaft an einer Gesamtschule in Schleswig-Holstein.
Bei NFDB begleitet sie Schüler*innen im Lerncoaching – mit einem besonderen Blick für passende Lernmethoden, klare Entscheidungen und individuelle Entwicklung.
Ein Schwerpunkt liegt auf der Elternberatung bei neurodiversen Kindern sowie bei Konflikten mit Lehrkräften. Außerdem unterstützt Eileen bei Entscheidungsprozessen rund um Studienwahl und Berufsorientierung.

Rudy (B.Sc. Psychologie, Uni Leipzig) ist aktuell im Masterstudium Klinische Psychologie & Psychotherapie an der MSH. Er bringt Erfahrung aus Klinik, Praxis und Coaching mit und ist spezialisiert auf mentale Gesundheit, Selbstwert, Prüfungsstress und Motivation. Rudy arbeitet wissenschaftlich fundiert, empathisch – und immer auf Augenhöhe. Er ist zusätzlich in PEP® (von Dr. Michael Bohne) ausgebildet und nimmt regelmäßig an Supervision teil.
Neben Einzelcoachings leitet er Workshops zu Themen wie Stressmanagement, (De-)Motivation und Leistungsdruck – für Schüler*innen und Studierende.

NFDB-TEAM

2/2

FRAGEN?!

SCHREIB EINFACH PER WHATSAPP 0151 519 373 51

DESIREE UND TIMO SCHAUEN MO-FR IMMER MAL WIEDER IN DEN CHAT :)

Wir freuen uns dich bei deinen letzten Prüfungen in der Schulzeit zu unterstützen!!