



美国大学网丛书

修·订·版

美国大学申请流程

29讲

李嘉玉 编著

最权威的美国大学申请流程详细讲解
最实用的美国大学自助申请操作指南
美国大学申请咨询专家集十年顾问经验倾情奉献
第一部全流程揭示美国大学申请“秘密”的中文版工具书

光明日报出版社



美国大学网丛书

美国大学 申请流程29讲

李嘉玉 编著



光明日报出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

美国大学申请流程 29 讲 / 李嘉玉编著. — 修订本

. — 北京 : 光明日报出版社, 2014. 12

ISBN 978-7-5112-7231-7

I. ①美… II. ①李… III. ①留学教育—概况—美国
②高等学校—介绍—美国 IV. ①G649.712.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 204557 号

美国大学申请流程 29 讲 (修订版)

著 者: 李嘉玉 编著

责任编辑: 高 迟 郭玫君

责任校对: 傅泉泽

封面设计: 苗 苗

责任印制: 曹 净

出版发行: 光明日报出版社

地 址: 北京市东城区珠市口东大街 5 号, 100062

电 话: 010-67017249 (咨询), 67078870 (发行), 67078235 (邮购)

传 真: 010-67078227, 67078255

网 址: <http://book.gmw.cn>

E — mail: gmcbs@gmw.cn guomeijun@gmw.cn

法律顾问: 北京德恒律师事务所龚柳方律师

印 刷: 北京世汉凌云印刷有限公司

装 订: 北京世汉凌云印刷有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 880×1230 1/16

字 数: 420 千字

印 张: 25.25

版 次: 2014 年 12 月第 1 版

印 次: 2014 年 12 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5112-7231-7

定 价: 72.00 元

版权所有 翻印必究

Contents

启示篇：为什么到美国上大学

第一讲 美国大学的教育优势

第一节 美国大学的教育理念	17
第二节 美国大学的教育资源	21
第三节 美国大学的学生资源	28
第四节 本讲思考题	29

第二讲 谁适合去美国留学

第一节 年龄	31
第二节 信心与毅力	31
第三节 Critical 思维	32
第四节 沟通能力	33
第五节 经济能力	34
第六节 本讲思考题	35

启示篇总结

行进篇：规划与准备

第三讲 到美国读大学的费用

第一节 到美国读大学费用的组成	41
第二节 缴费时间与周期	43
第三节 节省开支的方法	45
第四节 本讲思考题	47

第四讲 美国大学招生概述

第一节 招生指导原则	55
第二节 招生方法与程序	57
第三节 考核指标	59
第四节 学习成绩 (GPA)	60
第五节 标准考试	62
第六节 课外活动	65
第七节 特殊才能	66
第八节 人品与个性	67
第九节 本讲思考题	68

第五讲 如何规划美国留学

第一节 目标大学	70
第二节 学习成绩	71
第三节 标准考试成绩	72
第四节 课外活动	72
第五节 特殊才能	75
第六节 人品和个性	75
第七节 时间规划	76
第八节 英语学习与考试规划	77
第九节 本讲思考题	78

第六讲 SAT 考试

第一节 SAT 考试概述	81
第二节 SAT 考试内容	81
第三节 SAT 考试地点及费用	83
第四节 SAT 评分方法与原则	83
第五节 新旧 SAT 比较	84
第六节 本讲思考题	85

第七讲 iBT 考试

第一节 iBT 考试概述	87
第二节 iBT 考试目标	87
第三节 iBT 听力	88
第四节 iBT 阅读	88

第五节 iBT 写作	89
第六节 iBT 口语	89
第七节 iBT 词汇	90
第八节 本讲思考题	90

第八讲 课外活动、社会活动和特殊才能

第一节 课外活动与社会活动概述	92
第二节 课外活动和社会活动的意义	92
第三节 特殊才能概述	95
第四节 特殊才能在申请美国大学中的作用	95
第五节 如何准备课外活动、社会活动和特殊才能	96
第六节 本讲思考题	97

第九讲 高中学业与美国大学申请

第一节 高中 GPA 在申请美国大学中的作用	99
第二节 高中的 AP 课程	100
第三节 如何兼顾高中学业和留学美国的标准考试	101
第四节 本讲思考题	102

第十讲 AP、IB、A-Level、ACT、IELTS 考试

第一节 AP 考试	104
第二节 IB 和 A-level 课程	104
第三节 ACT 考试	105
第四节 IELTS 考试	108
第五节 本讲思考题	109

第十一讲 游学、交换生、夏季课程和美国大学校园游

第一节 游学	111
第二节 交换生	111
第三节 夏季课程	111
第四节 大学校园游	113
第五节 本讲思考题	114

第十二讲 iBT 考试注册及送分要求

第一节 iBT 考试注册	116
--------------------	-----

	第二节 美国大学对 iBT 的送分要求	119
	第三节 iBT 送分步骤	120
	第四节 本讲思考题	120
第十三讲	SAT 考试注册及送分要求	
	第一节 SAT 考试注册	122
	第二节 美国大学对 SAT 的送分要求	131
	第三节 SAT 送分步骤	132
	第四节 本讲思考题	133
第十四讲	如何选择美国大学	
	第一节 成就精英	135
	第二节 人才的摇篮	140
	第三节 有技能的劳动者	143
	第四节 本讲思考题	143
第十五讲	美国大学申请程序	
	第一节 美国大学申请时间	145
	第二节 美国大学申请步骤	146
	第三节 本讲思考题	147
	行进篇总结	
	华彩篇：申请攻坚战	
第十六讲	Common 网申基本信息填写	
	第一节 Common 网申简介	153
	第二节 Common 网申填写	160
	第三节 Common 网申英语规范	199
	第四节 本讲思考题	200
第十七讲	加州大学等特殊网申详述	
	第一节 特殊网申表格	202
	第二节 特殊网申填写	204

第十八讲	网申成绩单填写	
第一节	成绩单网申填写	207
第二节	成绩单网申英语规范	209
第三节	本讲思考题	211
第十九讲	奖学金、助学金及如何申请	
第一节	奖学金与助学金	213
第二节	奖学金与助学金申办办法	214
第三节	奖学金与助学金表格填写方法	215
第四节	国际生奖学金与助学金表格填写	222
第五节	奖学金、助学金表格填写英语规范	223
第六节	本讲思考题	224
第二十讲	申请方案头脑风暴	
第一节	我是谁	227
第二节	我的目的	231
第三节	为什么是我	235
第四节	申请方案	236
第五节	本讲思考题	237
第二十一讲	推荐信写作	
第一节	推荐信的概念和作用	239
第二节	推荐信的种类	239
第三节	推荐信的写作	240
第四节	推荐信的格式	242
第五节	推荐信实例分析	243
第六节	推荐信的排版和封口	261
第七节	本讲思考题	261
第二十二讲	推荐表格填写	
第一节	什么是推荐表格	263
第二节	Common 网申系统推荐表格填写	263
第三节	Special 学校推荐表格填写	266
第四节	推荐表格英语规范	270
第五节	本讲思考题	270

第二十三讲	申请文章写作	
	第一节 申请文章类型	273
	第二节 申请文章写作的基本规范	273
	第三节 PS 题目与实例分析	274
	第四节 其他短文	284
	第五节 写作误区	313
第二十四讲	财力证明材料	
	第一节 国际生财力证明表	315
	第二节 财力表格的填写	317
	第三节 银行存款证明	320
	第四节 收入证明	331
	第五节 本讲思考题	337
第二十五讲	成绩单	
	第一节 成绩单开具	339
	第二节 成绩单格式	339
	第三节 成绩单开具注意事项	345
	第四节 本讲思考题	346
第二十六讲	邮寄材料	
	第一节 准备邮寄材料	348
	第二节 整理邮寄材料	356
	第三节 国际快递的寄送和跟踪	358
	第四节 状态跟踪	360
	第五节 材料邮寄之后	360
	第六节 本讲思考题	360
第二十七讲	查询状态	
	第一节 查询申请状态	362
	第二节 网上不能查询申请状态的大学	372
	第三节 查询申请状态内容	372
	第四节 如何补充申请材料	373
	第五节 本讲思考题	373

第二十八讲 面试辅导

第一节 部分大学的面试政策	375
第二节 面试申请与面试内容	379
第三节 面试准备	380
第四节 面试回答问题注意事项	386

申请攻坚战总结

收获篇：拿到录取通知书之后

第二十九讲 录取之后

第一节 解读录取通知书	395
第二节 如何选择录取大学	395
第三节 与录取学校的沟通	396
第四节 I-20 表格的索取	396
第五节 I-20 表格的填写	398
第六节 定金支付	398
第七节 宿舍申请	399

结 尾



美国大学网丛书

美国大学 申请流程29讲

李嘉玉 编著



光明日报出版社

为试读者提供完整内容请访问 www.ertongbook.com

॥ १ ॥

修订再版说明

《美国大学申请流程 29 讲》一书，2012 年 4 月出版了第一版。全书采用分题讲解的方式，将美国大学申请流程按顺序分为 29 个环节，逐一讲解，每讲附有思考题。其中，涉及网申操作和纸质材料制作的环节，附有网页截图和纸质文件扫描图片。本书是国内出版的第一部全面讲解美国大学申请程序、所需材料、注意事项，指导申请者掌握申请操作步骤与方法的权威参考书。

本书主要针对两类读者：一是正在准备赴美留学的学生和家长。通过阅读本书，学生和家长可以全面、系统的了解美国大学申请全过程的每一个环节及其涉及的系列要求，从而提前做好各方面的准备工作，如合理安排标准化考试时间、丰富社会活动、积累申请文书素材和选择目标学校等；二是正在申请美国大学的中学生尤其是自助申请者。他们可参考本书的文字说明和图示指南，顺利、准确地完成每一个申请程序，同时撰写出既符合英语文体规范、又能展示自己个性、才情的申请文章。

正因为如此实用，本书第一版受到家长和学生们的普遍欢迎。读者们在使用过程中也给我们提出了诸多修订意见。谨在此表示感谢。

2013/2014 申请年度，美国大学通用申请系统（Common APP）全面变革，推出第四版，其中申请程序、申请文书和其他申请要素等也随之出现变化。同时，近两年来美国名校招生趋势也出现诸多新变化，中国学生申请时面临的竞争越来越激烈。再者，第一版涉及的数据采样截止于 2012 年，也急需更新。

有鉴于上述原因，为更好地服务广大学生和家長，反映美国大学通用申请系统变革的最新成果，跟上留美申请的新形势，传达留美申请改革的最新信息，我们组织力量，对这本工具书进行了全新修订，予以再版。

在保持全书整体风格和基本架构不变的基础上，这次修订主要做了以下五个方面的更新：

第一，这次修订最重要的更新，是针对 2013 年 8 月最新推出的第四代通用申请系统，全方位详细介绍新网申表格的填写方法和注意事项。

2013 年 8 月 1 日，全新改革后的美国大学通用申请系统第四版 Common Application(简称 CA4) 上线，至此加入该系统的美国大学已经超过 500 所，其中包括八所常春藤盟校在内的主要私立大学、文理学院和众多知名公立大学。每年通过这个系统提交的申请，突破 100 万份。此次改版，是该系统启用以来最大的一次改革。新版改革的本质，是更直接、更准确地表达出美国名校在录取上的新标准、新要求，这对中国学生申请美国名校影响巨大。CA4 采用了更现代、更便利的操作界面，比如提供了申请进度查询功能，申请

表格上的问题通过更智能化的方式来呈现；比如单屏显示的问题会减少，并且系统会根据学生已经填写的信息，下一步只自动呈现与该生情况相关的问题等。针对 CA4 的这些具体变化，修订时将全部操作页面截图（共 70 多幅），并附上详细说明。同时对注册账户、填写个人信息、选择选校、提交申请等环节的变化，也都逐一做了解说。

第二，针对 CA4 中申请文书的重大变化，在修订中予以重点关注。CA4 系统涉及申请文书的部分，出现两大变化：一是由原来提交一长一短两篇文书，改为提交一篇长文书，字数设定为 250-650 字；二是申请文书的题目也做了全面更新。这次修订针对这些最新题目做了全面分析、梳理，并用最新精选的部分优秀申请文书替换了第一版的例文，同时逐一做了点评。

第三，针对美国大学在使用 CA4 系统招生时的最新要求，对推荐表格、财力表格和奖学金申请表格等一系列填写规范和制作要求，进行了全面介绍，并附上样本图片说明。

第四，全面更新了美国大学招生数据，其中的成绩、费用、录取率、资助率等数据已经是 2013/14 申请年度的最新数据。同时，修订时对涉及数据的内容，尽量采用表格形式，方便读者查找和比较。

第五，调整、统一全书的文字风格，并校正了第一版出现的一些错别字和误植文字。本次修订还统一了书中涉及的美大学名称、外国人名等的中文译法，希望能传递给读者们更准确的信息。另外，全书增加了部分有关美国大学的图片，以优化阅读体验。

我们的宗旨是通过修订本书，给广大家长和学生们提供更好更切实的帮助和指导。此次修订再版尽管做了多方面的努力，但仍难免挂一漏万。恳请广大家长和学生们在使用本书的过程中，进一步提出宝贵意见，使本书第三版修订时更臻完善。

本次再版修订工作，由李嘉玉老师主持，方紫云等老师执笔，邵明波老师统校。

最后，再次感谢各位读者。衷心祝愿所有申请赴美留学的学子和家长心想事成！

美国大学申请流程 29 讲编著组

2014 年 5 月 9 日

编著说明

《美国大学申请流程 29 讲》，顾名思义，是将美国大学申请流程按照步骤顺序和时间节点，分为 4 个阶段、29 个环节，用讲座的形式，逐一详细解说，涉及网络操作和纸质文件制作的部分，附有操作界面的截图和所需文件样本。本书基本覆盖了美国大学本科申请流程的所有问题，是一部指导学生申请操作的工具书，更是自助申请者必备的参考资料。

美国大学现行申请系统历经数百所名校几十年实践，设计思路清晰，系统框架完善，节点衔接规范，子项目之间关联周密，牵一发而动全身。美国大学招生官通过这个申请系统，不但可以考察申请者的综合素质，更能测试出学生未来的发展潜能。审核完全部申请材料，几乎可以扫描出申请者的全息图像。因此在申请过程中，任何一个步骤都必须真实、准确并互补、统一。美国本土中学生在专职升学顾问指导下完成大学申请亦非易事，刚刚起步的中国学生独立完成美国大学申请就更加困难了。且不说我们的中学老师和家长现在不熟悉也不太可能提供申请指导；即使能够提供一些指导，在全英语环境下完成申请操作也被大部分申请者视为畏途。

基于留美咨询专家李嘉玉先生为未来中国发展培养精英人才的理念，结合美国大学网在中国八年来的咨询实践，我们精心研究积累的数千例美国综合排名前 50 名校的成功申请案例，总结出适合中国大陆中学生申请美国著名大学的完整流程和操作规范，现在公开出版，毫无保留地呈现给广大读者。在编撰过程中，我们不仅阐述美国名校招生的权威理论，更注重用中文规范描述实际操作程序，规范填写网申表格和制作纸质文书的技术问题，并特别强调申请者通过正确完成申请过程，初步体验美国大学严谨的办事精神、规范的操作手法，尤其是诚信的品质和务实的态度，进而培养自己的思维能力和动手能力。

全书共分四篇。第一篇，“启示篇：为什么到美国上大学”；第二篇，“行进篇：规划与准备”；第三篇，“华彩篇：申请攻坚战”；第四篇，“收获篇：拿到录取书之后”。每篇附有思考题和内容总结。我们衷心希望，广大读者通过认真研习这一系列讲解，初步了解美国高等教育的实力，下定赴美学习的决心，制定好适合自己的申请规划、考试规划和申请策略与方案，全力以赴打好申请攻坚战，制作出反映自己各个侧面、契合目标学校的一流申请文案，完美地将自己展示在美国大学招生官面前。

需要特别强调指出的是，美国大学的招生政策虽然基本稳定，但每年不少学校都会有一些具体调整，如哈佛大学和普林斯顿大学今年就恢复了前几年取消的 REA 录取政策，加州大学伯克利分校对标准化考试的要求也有变化，不少学校的资助政策也会逐年变化。本书涉及的相关资讯截止至 2011 年 9 月，一些在新的申请年度出台的政策调整，我们无法预知，也就不可能在这部书中反映出来。在您选定学校提交

申请时，务必登陆所申请学校的官方网站查询并逐项核实。

本书是美国大学网全体教学、咨询人员集体智慧的结晶。全书前面十讲大部分文字由李嘉玉先生亲自执笔撰写，并负责统一审核全书所有章节，字里行间贯穿了他近十年来对中国未来精英培养的理念。本书由邵明波策划、统筹，肖少云、夏衍两位咨询师贡献尤多，其他几位咨询师也作出了努力。另外，没有参与本书编著的其他同仁的贡献，本书无法顺利付诸印刷。

在编著本书的过程中，参阅了美国有关大学和专门研究机构、新闻媒体的有关成果，并参考了诸多已在美国名校就读的优秀学子的申请经验，谨致衷心感谢，恕不能一一注明。同时，编著第一部系统讲解美国大学申请全流程的中文工具书，目前在国内还是尝试，加之资料尚不完备和时间仓促，疏漏乃至错讹之处在所难免，恳请读者将使用中发现的问题和改进建议及时反馈给我们，以便新版修订。

最后，衷心祝愿所有申请赴美留学的学子和家长心想事成！

美国大学申请流程 29 讲编著组

Contents

启示篇：为什么到美国上大学

第一讲 美国大学的教育优势

第一节 美国大学的教育理念	17
第二节 美国大学的教育资源	21
第三节 美国大学的学生资源	28
第四节 本讲思考题	29

第二讲 谁适合去美国留学

第一节 年龄	31
第二节 信心与毅力	31
第三节 Critical 思维	32
第四节 沟通能力	33
第五节 经济能力	34
第六节 本讲思考题	35

启示篇总结

行进篇：规划与准备

第三讲 到美国读大学的费用

第一节 到美国读大学费用的组成	41
第二节 缴费时间与周期	43
第三节 节省开支的方法	45
第四节 本讲思考题	47