



最实战的留学攻略
最详尽的留学指南
最贴心的留学向导

Max

启德教育海外留学考试研究中心 / 编著

留学

| 美国本科 |

世界图书出版公司





Max

启德教育海外留学考试研究中心 / 编著

留学

美国本科

世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

图书在版编目 (CIP) 数据

MAX 留学——美国本科: 英汉对照 / 启德教育海外留学考试研究中心编著. —北京: 世界图书出版公司北京公司, 2012.10

ISBN 978-7-5100-5375-7

I. ① M… II. ① 启… III. ① 留学生教育—概况—美国—英、汉 ② 高等学校—简介—美国—英、汉 IV. ① G649.712.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 233882 号

MAX 留学——美国本科

编 著: 启德教育海外留学考试研究中心

责任编辑: 何江鸿

封面设计: 刘继尧

出 版: 世界图书出版公司北京公司

出 版 人: 张跃明

发 行: 世界图书出版公司北京公司

(地址: 北京朝内大街 137 号 邮编: 100010 电话: 64077922)

销 售: 各地新华书店和外文书店

印 刷: 北京博图彩色印刷有限公司

开 本: 787 mm × 1092 mm 1/16

印 张: 19

字 数: 250 千

版 次: 2012 年 10 月第 1 版 2012 年 10 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5100-5375-7/

定价: 29.00 元

版权所有 翻印必究

启德教育图书编委会

主 任：李 朱 郑朝予

执行主任：刘 娟 王燕妮

执行策划：陶岚岚

委 员：启德教育海外留学考试研究中心

牛淑瑞 王 飞 王萌梦

王海斌 史 婵 刘 萍

乔 冉 李碧燕 苏 涛

陈思清 陈 微 林巍洋

杨小瑜 杨 萌 崔劲美

前言

1872年8月11日，上海黄浦码头。30名拖着长辫、脚穿布鞋、身着长袍的孩童，带着一种复杂茫然的心情，向岸上挥泪的亲友微笑告别，开始了漂洋过海的生活。他们，就是历史上第一批留美幼童，而这次出行的目的地就是大洋彼岸的一个年轻国度——美国。

当这群孩子在闷热的船舱中饱受晕船痛苦和思乡之情折磨时，他们谁也不曾想过，此后的一百四十年，无数的中国学子背起了行囊，风尘仆仆地踏上了那个大洋彼岸的国度。而今天的学子们踏出国门的原因，不仅仅为了国家和民族的崛起和富强，更多是为了实现自身诉求；他们留学的渠道也从公派转变成了民间自发的热潮。

当年的跌宕起伏早已化成了布满历史尘埃的泛黄照片，美国也已不是世界地图上一个遥不可及的名词。如今的学子们可以带着不再沉重的行囊，以留学前辈们想象不到的轻松，踏上美国求学的行程，更深入地了解世界，融入世界。

我们编写这本书的目的，正在于将留学的技巧和方法毫无保留地教给那些准备踏出国门的学子们，让他们对留学流程有个全面的认知，能够尽早、全面地做好心理和物质的准备，让他们可以以前辈们没有过的轻松和自信，沿着前辈们的求学之路，更加顺利地踏进心仪的大学，去实现他们人生的理想和抱负，再现前辈们曾经的传奇。

怀着这样的心愿，本书在成书之初，为了让留学流程更加清晰、有条理，创新性地将整个留学过程划分为七个阶段，认真筛选每个留学阶段的重要事项，并对每个事项进行深入、详细的分析。这样的安排，使每个阶段需处理的事项一目了然，使留学的具体流程简单明白，从而也增强了此书的实用性和可操作性。

行路难，多歧路。当留学之路在你眼前清晰起来，不再纷杂，你是否能离心中的目标更进一步呢？衷心希望这本书能帮你避开留学歧路，直飞大洋彼岸。

本书在构思和组稿的过程中，得到了启德教育张丽老师的全力支持和无私的帮助，谨以此文表达衷心的感谢。

编 者

2012年8月26日



目 录

第一章 自我评估	1
留学动机评估	2
个人条件评估	5
心理素质评估	8
家庭经济条件评估	18
第二章 厚积薄发，准备季	23
全面发展	24
搜集大学资料	31
语言准备及出国考试培训	36
第三章 见缝插针，充分利用暑假	54
语言考试	55
存款证明的办理	57
联系学校和老师，准备成绩单和推荐信	62
确定大致目标学校和专业，下载最新资料及申请表格	75
第四章 千头万绪，申请季	85
学校的申请方式及比较	86
撰写申请文书	94
完成申请材料	108
奖学金和助学金申请	123
申请材料的寄送	130
面试准备	137

第五章 破茧成蝶，收获季	142
收获录取果实.....	143
其他情况及应对.....	147
综合考虑，确定最终就读学校和专业.....	159
最终确定学校后如何答复.....	160
第六章 临门一脚，签证季	164
美国F-1学生签证全面介绍	165
准备签证材料.....	177
签证面试.....	182
第七章 近“美”情怯，飞跃季	195
入学体检.....	196
安排住宿.....	200
行李准备.....	205
第八章 另辟蹊径，非常规申请	210
高三往届生的申请.....	211
转学美国本科的申请.....	213
春季入学必读.....	216
条件式录取与直通车项目.....	222
第九章 留学菜鸟60问	228
前期准备.....	229
申请期.....	232
转学相关问题.....	237
签证.....	239
初到美国.....	241
附 录 2012美国大学排名	244
美国社区大学排名.....	265
转学生特别推荐院校.....	267



北美名校SAT成绩参考标准	271
北美名校托福成绩参考标准	276
大学专业名录	276
美国驻华大使馆中国大陆各大使馆一览表	285
部分中国学生会的网址	286

第一章

自我评估

出国留学对于每个人乃至每个家庭都是一个重大决定。在决定启程以及制定留学计划之前，我们首先要正确地做一下自我评估。

留学动机

为什么去美国留学？
为什么选择去美国读本科？

个人条件

你适合留学吗？
申请顶尖大学能否成功？

心理素质

你是否能够适应异国他乡，独自生活？
你自身的心理素质怎样？

经济条件

留学需要花哪些钱？
家庭能否负担你留学的费用？

留学动机评估

一、为什么去美国留学?

美国是现代文明高度发达的国家,在许多方面居世界领先地位。美国的强大和进步并非偶然,其位居世界前列的一个重要因素就在于其教育的进步和教育体制的完善。留学美国有许多优势,他们是否吸引你呢?

美国的教育产业在世界上名列前茅。其教育体制历经200多年的发展,分成初级、中级、高级三级体制,已臻完善。

美国大学师资力量雄厚、学术水平突出。他们的教学方式灵活,教学内容丰富,能够适应专业及学术发展的要求。

美国大学能够通过多种途径提供各类经济资助,如奖学金、助学金、勤工俭学及兼职和实习机会等。

美国的官方语言是英语,而英语是目前国际上最通用的语言。在美国学习利于熟练掌握英语,成为国际化人才。

美国大学的教学方法灵活,注重培养学生动手、动脑的能力,通过使用实验、案例、讨论、互动等方法提高学生积极性。

Every coin has two sides. 留学美国也有其不可避免的缺陷。请根据你自身的情况,作出清晰的判断和比对。

美国留学的费用较高。大部分留学生难获得高额奖学金,有些甚至拿不到任何的奖学金。拿到奖学金的留学生只有一小部分。

美国大学的课程压力很大,学习上都依靠自己。教授的给分也十分严格。许多中国学生都无法适应异国他乡的巨大压力。

在美国的生活环境较国内更为复杂。美国是典型的移民国家,其居民来自世界各地,是各种文化、宗教和风俗习惯的交汇点。

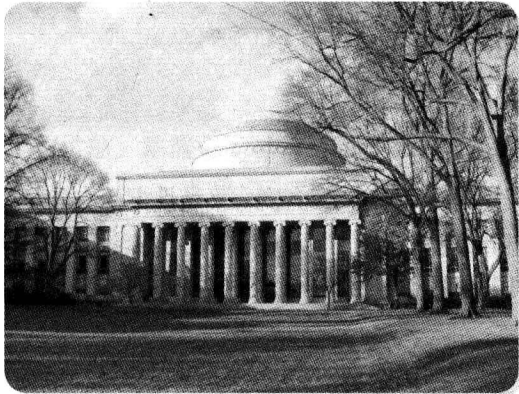
在美国学习对英语的要求较高。许多年纪较小的留学生,很难适应全英文的授课环境和生活环境。语言不通是留学重大挑战。

在考虑上述优劣势后,你对于留学美国的答案是肯定的话,就可以进一步做出个性化的留学规划。

二、为什么选择去美国读本科?

1. 美国高等教育概况

美国的大学很多,从360多年前移民美国的清教徒创建全美的第一所大学——哈佛大学后,美国的高等教育继承了欧洲古老大学如英国的剑桥大学和牛津大学的传统,发展到今天已有2600多所颁发学士、硕士和博士学位的四年制大学,而两年制的社区学院则多达3400所。这些大学没有固定的形式,有大有小,大的如得克萨斯大学奥斯汀分校有近5万名的学生,

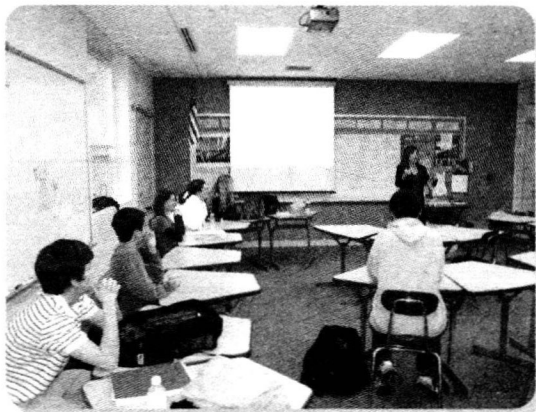


小的如加利福尼亚州的幽泉学院(Deep Spring College)只有26个学生。有的大学校园广阔美丽,教学设施齐全;有的大学则设在闹市当中的几所其貌不扬的教学楼里面,校园和周围的市区没有高墙,学校和周围的市区完全融合在一起。

美国的许多高等院校有非常大的竞争力。在世界排名前500名的大学中,美国占168所;前20名中,美国占17所。全美有约3600所大学,而最有名的有六所:哈佛大学、耶鲁大学、普林斯顿大学、麻省理工学院、斯坦福大学、加州理工学院。这六所学校每次的全美或世界大学排名都能进前10名;超过80%的美国诺贝尔奖得主都曾在这六大名校之一学习或工作。

2. 自由教育

大学本科教育在美国被称作liberal education,字面意思为自由教育,但其涵义却非常丰富。liberal education最初指在古希腊时期,给自由男人的教育。到了近现代,liberal education逐渐成为美国大学教育的代名词。相对于具体的职业教育,liberal education强调对“人”的教育,而不是对“技艺”的教育,它关注的是如何把一个人教育成一个能够独立思考、具有价值观念和道德操守、了解文化差异的健



康个体。Liberal education是美国高等教育的特色，它通过对学生的全面教育，培养学生的表达能力和分析问题的能力。一般来说，在liberal arts education系统下，学生需要学习艺术、历史、哲学、人文、社会科学、自然科学等领域内的课程。在接受了足够广泛的学习后，学生根据自身的兴趣选择一个专业方向，进行进一步的深入学习。因此，美国的大学教育培养

出来的学生在知识宽度、平衡性方面有着显著的优势。基本的历史、人文和哲学教育能够保证毕业生至少具备基本的现代公民素质。而对不同领域的广泛而不深入的涉猎，能够让毕业生保持对科学的兴趣，从而为研究生阶段进一步深入研究打下基础。

三、留学美国

留学是一个过程而非终点。每一位申请人都应对自己留学的主要目的和留学的国家有一个清楚的认知。不论是为了出国深造接受更好的教育，还是为了体验异国文化增长自己的阅历，抑或是出去深造自己感兴趣的适合自己的专业，出国决定应该是你深思熟虑后的选择，是对自己的前途和未来负责的决定。

读了这些，请回答以下问题

- ① 你的留学短期目标是什么？长远目标是什么？在未来的五到十年内打算做什么？你准备申请的美国本科能够帮助你实现这一目标？
- ② 你是否真的喜欢你选择的学习计划并愿意前往美国深造学习？是否值得你花几年的时间 and 大量的资金？
- ③ 在留学生涯中，你期望在国外的学习和生活中有何收获？
- ④ 通过了解，你是否喜欢美国的生活和学习环境，是否喜欢美国“自由教育”的理念？
- ⑤ 完成学业后，你希望应用所学的知识从事哪一方面的工作？
- ⑥ 你是否值得放弃或中断现有的国内学习机会而进入国外的学校学习？
- ⑦ 你是否了解留学生活的枯燥及学术上的严格评估机制？

如果你能够对这些问题有一定的思考和确定的答案，那么你会对自己的未来留学计划有更理性的选择和依据。如果你对上述问题没有明确的考虑，请你慎重思考再做出你出国的决定。

个人条件评估

每一位出国留学深造的学生在决定留学前，都需要了解自己的学术能力、性格、兴趣和目标，不应盲从。

一、自我评估的方法

在校成绩

申请材料中，在校成绩是不可缺少的考量因素。一般受理申请的学校会评估申请者的学业平均成绩GPA是否达到规定的最低要求，以及与申请的专业相关的科目成绩情况。因此，你申请前必须了解自己的成绩能否达到学校的要求。

兴趣与 专长

学校甄选学生，除了依据学业成绩外，学生的课余活动、兴趣和专长及社会实践的投入都会列入评估的范围。申请时，你应该考虑自身的兴趣和专长，朝对自己有利的方向选校选系。

自主学习 能力

美国的教育模式和方法与中国相比差异很大，美国的教育是开放式引导启发为主，学习完全靠个人的自主性以及课堂上参与互动的能力。自主学习能力和主动积极的学习态度在美国本科学习中十分重要。

英语能力

英语能力是否能达到申请学校的要求, 不仅决定了你是否能够顺利进入学校就读, 也将关系到将来学习是否顺畅。具备良好的英语能力是留学美国的必备前提。

适应新环境的能力

美国的成长环境特别注重个人独立自主能力的培养, 依赖性强的的人一旦到了全新的美国环境, 很容易由于文化生活习惯的差异造成适应困难。在留学美国前必须明确这一点。

经济能力

留学需要很大的经济投资。经济考虑和妥善安排是十分有必要的。建议申请学生在与家人商量后, 在综合考虑家庭的经济财政状况后预估并规划花费, 确定留学计划。

二、申请美国顶级大学能否成功?

与中国类似, 美国名牌大学的可录取名额绝对是稀缺资源, 只有少数的幸运儿能够进入顶级大学的门槛。而名牌大学的守门人——高校的招生委员会的各位录取官们都是依据什么评估标准来录取那些幸运儿的呢? 让我们利用下面这张表格, 研究各项评估指标, 选择与自己对应的部分进行评估。

因素	表现	分析	建议
学习成绩	平均分: GPA: 班级排名: 年级排名: 优势科目:	参考平均分, 近两年学年成绩及优势科目, 进步幅度等变量	不要擅自修改成绩 切记不要弄虚作假
英语水平	托福: 雅思: SAT: 语言培训经历:	如参加多次考试, 列出并寄送最好成绩	申请中直接由ETS或者College Board寄送官方成绩单

续表

因素	表现	分析	建议
课程设置	文 理 语 政 生 数 史 物 外 地 化	文理科及课程设置与留学申请的专业息息相关	刚升入高中的同学应结合自己欲申请专业选择文理科
期望专业		列出期望申请该专业的原因	寻找相关事例支持你的理由、
在校组织活动能力及经历		活动时间、活动名称、举办单位、活动主要内容	经历及活动中的心得体会对于申请文书的写作很有帮助
课外活动经历及社会实践		实践时间、实践名称、举办单位、时间主要内容	注重其中的收获和能力的培养
个人各项荣誉		项目时间、项目名称、颁发单位	全面客观地列出自己的成就
自我性格特征			全面评价自己，不能有丝毫隐晦，参看人的各种个性一览，更好地了解你自己
其他特长优势			

三、人的各种个性一览

勾勾看，哪些词适合描述你自己？也可以让你的朋友、家人来帮忙。

Inventive	Balanced	Outgoing	With Integrity	Devoted
Thoughtful	Achiever	Particular	Mediator	Candid
Powerful	Knowledgeable	Patient	Emotional	Cooperative
Practical	Leader	Active	Cheerful	Industrious
Proactive	Literate	Positive	Forgiving	Meditative
Productive	Logical	Consistent	Sensuous	Understanding
Professional	Initiator	Compassionate	Generous	Optimistic
Quick	Original	Independent	Sporty	Accomplished
Adept	Tactful	Constructive	Entrepreneurial	Skilled
Flexible	Trustworthy	Diplomatic	Broad-minded	Persistent

续表

Analytical	Talented	Dependable	Facilitator	Solid
Articulate	Team Player	Direct	Focused	Communicative
Artistic	Fun	Loyal	Genuine	Helpful
Self Disciplined	Intelligent	Competitive	Open Minded	Responsible
Tolerant	Passionate	Social Consciousness	Wise	Results-oriented
Green	Intense	Modest	Sensitive	Self-reliant
Unselfish	Intuitive	Courageous	Sense of Humor	Organized
Stable	Upbeat	Enthusiastic	Sensible	Knowledgeable
Strong	Vibrant	Enterprising	Sincere	Logical
Personable	Perceptive	Imaginative	Honest	Dynamic
Pleasant	Insightful	Warm	Attentive	Hard Worker
Adaptable	Easy going	Curious	Committed	Mature
Persuasive	Good listener	Leader	Conscientious	Methodical
Motivated	Sociable	Creative	Trustworthy	Eclectic
Objective	Resourceful	Confident	Unique	Traditional

心理素质评估

一、留学必备心理素质

美国高校的录取官们看重的不仅仅是孩子的聪明才智，同时还要求他们必须有健康、积极、成熟的人生态度，崇高的理想，强烈的社会责任感，端正的品德，认清是非黑白的能力，改变现状的决心和勇气，坚定的信念和宽广的胸怀，等等。但在留学的过程中，很多家长和学生都忽略了对心理素质的要求。

留学对学生的心理素质到底有什么样的要求呢？根据多年的留学经验总结，启德教育的留学专家总结了以下四点——“自立、自省、自信、自律”。

自立。“自立”不仅仅指的是拥有自给自足的独立精神，同时也指遇到困难、挫折、疑惑等问题时，能依靠自己分析抉择、尝试解决和调节心态。由于申请人在美国的学习生活和工作，小到穿衣吃饭、大到选课面试，都要靠自己独立解决。如果