

轻松留学北美 只带一本书

北美留学通

STUDY IN NORTH AMERICA



中国商务出版社

轻松留学北美 只带一本书

北美留学通

STUDY IN NORTH AMERICA



中国商务出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

北美留学通/文亮主编. —北京: 中国商务出版社,

2009. 1

ISBN 978-7-5103-0027-1

I. 北… II. 文… III. ①留学生教育—概况—北美洲
②高等学校—简介—北美洲 IV. G649.710.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 008784 号

北美留学通

北京中商图出版物发行有限公司发行

主 编 文亮

副主编 马左剑 海蓝 孙炳文 王秀红

北京盛兰兄弟印刷装订有限公司印刷

787 毫米×1092 毫米 16 开本

19.5 印张 550 千字

中国商务出版社出版

2009 年 1 月 第 1 版

(北京市东城区安定门外大街东后巷 28 号)

2009 年 1 月 第 1 次印刷

邮政编码: 100710

电话: 010-64269744 (编辑室)

ISBN 978-7-5103-0027-1

010-64295501 (发行部)

010-64266119

010-64263201 (零售、邮购)

网址: www.cctp.com

E-mail: cctp@cctpress.com

定价: 68.00 元

版权专有 侵权必究

举报电话: (010) 64262964

编 委 会

主 编 文 亮

副主编 马左剑 海 蓝 孙炳文 王秀红

编 委 高 洁 李春兰 秦 星

“通”晓留学事，成就“通”达人生路

看到《北美留学通》，便想起来许多大家耳熟能详的“百事通”、“雅虎通”、“财富通”乃至“富士通”……我想，所谓“通”，有两层含义：一是，通晓，即广博全面，精通透彻；二是，通达，行通无阻，游刃有余。做任何事如果能预先准备，通晓相关知识，增长智慧，继而便可以自我设计，自我规划，最终拥有通达畅快的人生。这应该就是《北美留学通》及其系列丛书的寓意所在吧！

说到北美，美国和加拿大，不用多说，拥有世界上最顶尖、最优秀的教育资源，历年来也始终是留学最热门的国家。每个人都是自己的中心，都渴望通过努力，提升自我价值，成就卓越人生。但在出国咨询的过程中，我发现很多孩子和家长除了拥有一腔奋斗的冲动，根本不了解与留学相关的许多重大战略和战术问题，依然处在“为了出国而出国”的盲动阶段。虽然“国际光环”、“镀金”在许多人看来，都是日后人生顺畅的敲门砖，但盲目出国，尤其是对留学国一无所知的情况下出去，一旦在国外遇到情况，孩子将会有巨大的心理压力，而无法确保国外学习的“通达”。所以，留学前先要通过各种渠道了解留学意向国的教育体制、地理气候、海外生活、留学前景及北美文化的差异等，甚至体检、保险、金融、租车、转学分、购物等生活细节，这样才能心中有数。

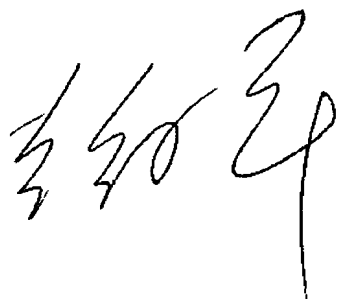
很多孩子和家长在报考北美尤其是美国院校时，只考虑学校的名气和排名，不考虑学生的实际情况和爱好，往往是很辛苦考过去，又因为各种不适应转学、转专业，甚至跟不上进度而退学，白白浪费时间和精力。是否留学、选哪所院校、选什么专业，甚至学成之后的就业前景及世界形势和趋势对自身发展的影响等都需要慎重考虑并进行一系列的设计、规划。每做一项选择，我希望学生都能考虑清楚，反复拷问，了解自己的性格，清楚自己的发展方向和趋势，知道自己最想要什么，从而作出正确的抉择。

关于北美留学的书有很多，但《北美留学通》更像一本北美留学规划小百科。跟随编者，你将逐步走进北美，全面透彻了解北美教育体系、顶尖大学中学、多彩冬夏令营及中外合作办学项目等，在参读过程中认真考虑你的留学，院校专业选择及海外生活就业，三思而后确定自己的留学意向。这本书的另一特点还在于编者倾心整理了许多

行前和当地生活的细节,如院校申请、签证技巧、机票预订、外币换汇,落地后转学分、换专业、买保险、实用旅游路线等等。总之,这是一本概述全面、非常实用的北美“百事通”,对学生出国前后有相当的指导价值。

规划其实并不神秘,也不困难,规划的前提是对事物和自己的了解和知识的占有量。一个人如果对自己所要做的事一无所知,肯定会像盲人摸象一样走很多弯路。而对事情了解的越清楚明白越能作出较正确的判断。留学对人生而言,是一次重要的选择,留学路上有苦有甜,有许多无法预料的困难,每个想要留学的同学都应该及早了解,有一定的心理准备,这样才能更好地适应。希望想出国留学的孩子和家长都能清楚地知道自己想要什么,对自己的人生路有清晰的规划,成就通达人生!

《北美留学通》的出版,必将能够为天下打算留学的学生和家长在通往世界的征途上提供可靠帮助。



徐小平简介

徐小平,加拿大萨斯卡彻温大学音乐学硕士,著名的留学、签证、职业规划和人生发展咨询专家,是新东方留学、签证与出国咨询事业的创始人。1956年生于江苏泰兴,1983年毕业于中央音乐学院,1987年赴美留学,后定居加拿大。现任新东方教育科技集团文化发展研究院院长。徐小平创建了新东方出国留学咨询事业和理论体系,并把这个理论体系扩展为当代青年人生发展的咨询和指导。他的主要著作《美国签证哲学》、《黄金是怎样炼成的》、《图穷对话录》、《邮箱里的灯光》(即《骑驴找马》修订版)等已经在“就业难”的大学生中间引发积极而强烈的启蒙效应。他的咨询思想深深地影响了一代大学生。



目 录

北美留学通美国篇

第一章 走进美国	(3)
第二章 美国教育概况	(9)
第一节 美国教育制度介绍	(9)
第二节 中国教育部认可的美国院校	(11)
一、美国认证体系对美高校的认证方式	(11)
二、公立大学与私立大学,区别大吗?	(12)
三、中国教育部认可的美国院校介绍	(12)
第三节 美国大学各项最新排名	(13)
一、2009 年最新全球大学排行榜	(14)
二、2009 Best 368 Colleges Rankings(PrincetonReview)	(16)
三、US News2009 年美国高校最新排名	(21)
第四节 “美”校成就您的美丽人生	(32)
一、美国顶尖级 130 所高校简介	(32)
二、中国学生最为关注的其他高校推介	(96)
第五节 美国中学巡礼	(118)
一、美国最佳公立高中排行榜前 100 所高中	(118)
二、美国公立中学和私立中学:有什么不同?	(121)
三、美国私立中学简介	(123)
第三章 美国留学预科项目——省时省费拿学位	(133)
一、北京第二外国语学院留学预科简介	(133)
二、北京工业大学中美双学位“2+2”项目	(134)
三、内蒙古大学留学预科介绍	(135)
四、南京大学留学预科“1+4”模式介绍	(136)
五、美国大学本科国际班项目	(136)
六、华南理工大学美国大学课程班介绍	(138)

第四章 美国留学特色项目——给你别样的留学途径	(140)
一、百分百全球升学计划之北美	(140)
二、“美国东北大学学位项目”简介	(140)
三、“带薪学位项目”介绍	(143)
四、优秀高中生赴美交换项目	(144)
第五章 “玩”美——美国冬夏令营	(146)
第一节 美国冬夏令营简介	(146)
一、美国冬夏令营活动目的	(146)
二、参加冬夏令营的益处	(146)
三、对父母的建议	(146)
第二节 美国冬夏令营项目介绍	(147)
一、肯尼迪太空中心之旅	(147)
二、迪斯尼英语冬夏令营	(149)
三、高尔夫冬夏令营	(150)
四、深入美国名校体验之旅	(151)
第六章 赴美留学——规划你的留学方案	(153)
第一节 留学美国优势多多	(153)
一、赴美留学十大优势	(153)
二、留学美国，你进误区了吗？	(154)
第二节 赴美留学申请流程	(155)
一、搜集留学资料	(155)
二、参加留学考试	(155)
三、填写申请表格	(156)
四、正式提出申请	(156)
五、获得录取	(157)
六、申请签证	(157)
第三节 留学语言考试和培训指南	(160)
一、留学语言考试知道多少？	(160)
二、“百分百”雅思托福考试培训指南	(165)
第四节 美国签证，如何更轻松？	(172)
第五节 出国留学，体检环节不可少	(176)
一、体检须知	(176)
二、体检服务机构推荐	(176)



第六节	人生“必备品”——留学保险	(177)
	一、医疗保险你办理了吗?	(177)
	二、医疗保险注意事项	(178)
第七节	金融服务,钱财轻松管!	(179)
	一、资金管理常识	(179)
	二、金融服务机构及产品推介	(180)
第八节	美国航空票务及行李托运指南	(185)
	一、提前预订机票	(185)
	二、航班介绍	(186)
	三、国航中美航线托运行李的新规	(187)
	四、出入境注意信息	(187)
第七章	生活百科——留学美国更轻松	(188)
第一节	住宿——留学住宿一应俱全	(188)
	一、美国住宿形式	(188)
	二、如何寻找校外住房	(189)
第二节	转学——国内外学分如何对接?	(190)
	一、转学到美国的一所大学	(190)
	二、美国大学之间转学分	(190)
	三、从美国教育系统外转学分	(191)
	四、转学申请过程	(192)
第三节	助、奖学金——怎样顺利拿到?	(192)
	一、冷热专业申请状况大不同	(192)
	二、美国奖学金申请注意事项	(193)
	三、奖学金申请的条件及费用	(193)
第四节	出行——便捷的美国交通系统	(194)
第五节	电话——省钱的通讯方式你学会了吗?	(196)
	一、美国通讯方式	(196)
	二、无限拨打包月计划	(198)
	三、美国电话的拨打方法	(198)
第六节	旅游——多彩“美”景,纷呈美国	(199)
	一、美国旅游概况	(199)
	二、美国最热门的 25 个旅游景点	(199)
	三、美国旅游须知	(201)
第七节	购物——只是高消费者的天堂?	(202)
	一、美国商店种类	(202)
	二、美国购物必知	(204)

第八节 移民——怎样获得梦寐以求的绿卡？	(205)
一、美国移民的分类	(205)
二、申请美国绿卡(移民类)	(206)
三、出入美国国境使用证件	(208)

北美留学通加拿大篇

第一章 走进加拿大	(211)
第二章 加拿大教育概况	(215)
第一节 加拿大教育制度介绍	(215)
一、初中等教育	(215)
二、高等教育	(215)
三、留学加拿大的趋势	(216)
四、留学加拿大的优势	(217)
第二节 教育部认可的加拿大院校名单	(218)
第三节 加拿大大学各项最新排名	(220)
一、医学暨博士类大学排名	(220)
二、综合类大学排名	(221)
三、基础类大学排名	(221)
第四节 加拿大名校一览	(222)
第三章 冬夏令营——游学加拿大	(254)
第一节 加拿大冬夏令营	(254)
第二节 冬夏令营项目介绍	(254)
一、温哥华·威斯勒——高尔夫·雪地运动游学之旅	(254)
二、加拿大温哥华经典游学	(255)
三、加拿大 2009 年密集英语培训冬令营	(256)
第四章 行前准备——助你早日飞往加国	(258)
第一节 留加第一步——择校和材料准备	(258)
一、选择学校	(258)
二、选校注意事项	(258)
三、加拿大申请人读本硕的材料	(259)



第二节	加拿大签证,让你轻松拿	(260)
	一、加拿大签证注意因素	(260)
	二、加拿大留学签证申请材料	(261)
第三节	体检——安心留学不可或缺	(262)
第四节	留加“必备品”——医疗保险	(263)
	一、在加拿大读书,医疗保险必不可少	(263)
	二、加拿大留学生医疗保险计划分省执行	(263)
	三、留学生医疗保险需要注意事项	(265)
	四、康优留学生全球医疗保险	(265)
第五节	航空票务、行李指南——让你轻松飞	(266)
	一、加拿大航空和行李托运须知	(266)
	二、加拿大出入境有关规定和手续	(267)
	三、加拿大准许及禁止携带入境的常见物品名单(仅供参考)	(268)
第五章	加国学习生活,我们有备而来!	(269)
第一节	留学如何住,你做出选择了吗?	(269)
	一、临时住宿	(269)
	二、长期宿舍	(269)
	三、选择住宿须知	(270)
	四、中国学生寄宿加拿大家庭需要注意事项	(270)
第二节	转学分——让你省时获学位	(271)
	一、加拿大转学分概况	(271)
	二、英属哥伦比亚省的转学分体系和办法	(271)
	三、如何转学分到加拿大大学	(271)
	四、中国学生如何更好转学分获加学位	(272)
第三节	加拿大奖学金,真的很难申请吗?	(272)
	一、加拿大奖学金类别概述	(272)
	二、加拿大本科奖学金申请要点	(273)
	三、加拿大奖学金情况一览	(273)
第四节	便利便捷的交通,任你行!	(274)
	一、飞机	(274)
	二、铁路	(275)
	三、城市公共交通	(275)
	四、出租车	(275)
	五、自行车和步行	(275)
	六、私人交通工具	(275)

第五节	加拿大通讯指南	(277)
	一、加拿大如何打电话	(277)
	二、互联网	(278)
	三、邮政	(278)
第六节	金融服务机构,钱财轻松管!	(279)
	加拿大皇家银行(RBC)——全球多元化金融服务	(279)
第七节	“枫”迷加拿大	(280)
	一、加拿大旅游概况	(280)
	二、加拿大经典赏枫路线介绍	(280)
	三、不可错过的旅游观光景点	(281)
	四、加拿大旅游须知	(282)
	五、加拿大旅游景点	(283)
第八节	加拿大购物,给你不一样的惊喜!	(284)
	一、加拿大商店种类	(284)
	二、加拿大分类购物指南	(285)
	三、加拿大购物店	(286)
第九节	加拿大移民,成就别样人生	(288)
	一、加拿大移民优势	(288)
	二、加拿大移民形式	(288)
	三、加拿大投资移民	(289)
	四、留学生申请资格	(290)
	五、加拿大移民出入境须持枫叶卡	(290)

北美留学通名人篇

王辉耀:开放心态铸就精彩人生	(293)
贺佳新:天道酬勤——留学潮中的幸运儿	(295)
李肇辉:传奇枫叶之旅	(297)

附录1 部分北美网站

附录2 部分航空服务提供商信息



北美留学通

美国篇



第一章 走进美国

从1776年诞生到现在,就在这短短的二百多年间,美国发展成为了名副其实的超级大国,也成就了世界经济发展史上的诸多神话。

纵观美国历史,这个经常被称为“大熔炉”的国家,以自身无限的包容性和融合性,造就了各种移民和种族团体共同组成的独特民族。移民带来了本族的文化、政治以及社会模式和态度,不同的学术和宗教背景,以及本族先进的科学、艺术精华,这些不仅极大地丰富了美国人的文化和生活,也为其成为世界大国奠定了基础。这个处处彰显着多元、自由、开放的国家吸引着一批又一批移民来到这片“充满机遇的土地”,寻找更富于刺激的生活和更先进、更优秀的教育。

地理位置

美国国土面积位居世界第四位,仅次于俄罗斯、加拿大和中国,拥有达930万平方公里的面积。美国位于北美洲中南部,还包括北美洲西部的阿拉斯加和太平洋中部的夏威夷群岛。美国东临大西洋、西濒太平洋、北接加拿大、南靠墨西哥及墨西哥湾,共有50个州和1个特区,美国国土地形变化多端,西部属于科迪勒拉山系,中部是坦荡的中央大平原,东部是阿巴拉契亚山,密西西比河流贯穿中部地区,西南部则有广袤的沙漠;位于北冰洋南岸的阿拉斯加以山地为主,而夏威夷群岛以一群火山岛著称。

气候特点

美国本土位于北温带,大部分地区属温带和亚热带,气候和降水比较适宜,降水与地下水资源均十分丰富。佛罗里达半岛南端属热带;阿拉斯加州属北极圈内的寒冷气候区;夏威夷州位于北回归线以南,属热带。

东北部沿海和五大湖地区属温带大陆性气候,冬季寒冷的时间较长,1月份平均温度为 -16°C 左右,年平均降水量为1000毫米。

东南部属亚热带季风性湿润气候,温暖湿

润,1月份平均温度在 9°C 左右,7月份为 $24^{\circ}\text{C}\sim 27^{\circ}\text{C}$ 。夏末秋初墨西哥湾沿岸常有飓风侵袭。

中部中央平原的气候基本上也属温带大陆性气候,冬季寒冷,夏季炎热,气温较高,湿度大。这一地区每年的无霜期在160天到200天左右。

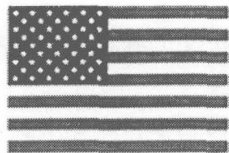
干燥的西部高原的年温差高达 25°C ,山岳地区山势越高气候越低。从哥伦比亚高原到科罗拉多高原,冬季平均气温高出 10°C ,夏季则更明显。

太平洋沿岸北部属温带海洋性气候区,冬暖夏凉,雨量充沛,1月份平均气温在 4°C 以上,8月份平均气温不超过 22°C 。太平洋沿岸的南段属于亚热带地中海式气候,夏季炎热干旱,冬季温和多雨。

国旗国徽

1776年7月4日,美利坚合众国诞生。为了代表这个新生国家团结和独立的精神,1777年7月14日,国会通过一项决议,制定了美国国旗。由于当时参加合众国的只有13个州;因此,国旗由13条红白相间的横条和13颗衬以蓝底的白色星星组成。同时决议还解释了国旗上白、红、蓝三色的意义:白色代表廉洁公正;红色代表勇敢无畏;蓝色代表警惕、坚韧和正义。美

国自独立后,因为各州陆续加入联邦,1818年4月4日,国会又通过一项议案“每当合众国接受一个州,一颗新星将于下一年的7月4日添入国旗。”现在美国国旗上仍是13条红白相间的横条,星星却已增添到50颗,它们代表了美国的50个州。



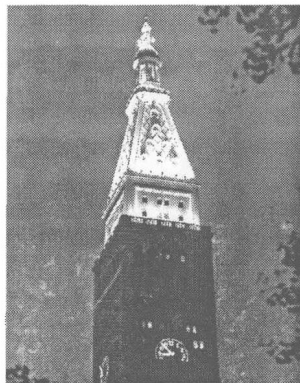
美国的国徽是由威廉·巴顿 William Barton 和查尔斯·汤姆逊 Charles Thomson 设计的,美国政府于1782年6月20日开始用这个国玺来鉴定重要文件。国徽的图案,正中是一只象征独立、自由精神的白头鹰,前面盾牌状的国旗,代表了1777年加入美国联邦的13个州。白头鹰的右爪持着希望和平的橄榄枝,左爪握着决心自卫的利箭。白头鹰衔着一条用拉丁文写着“合众国”字样的彩带,国徽顶端则是透过云雾,闪闪发光的13颗金星。



语言和宗教

由于美国早期的移民把欧洲文化带到美国,导致美国是一个由多种语言组成的国家。虽然美国的官方语言是英语,但有些地区和民族还使用其他语言,如西班牙语、法语、汉语等,使用印第安语的人则很少,基本失传。

在美国大部分地区使用英语,但也有一些州使用西班牙语,他们主要集中在美国的南部,例如加利福尼亚州、佛罗里达州、新墨西哥州、亚利桑那州等,他们中大多数是西班牙人的后裔,所以在这些州西班牙语的使用非常普遍并且常能带来工作机会。



美国是个宗教色彩很浓厚的国家。有超过30万个基督教教堂、犹太教会堂、清真寺以及其他宗教活动场所。美国居民主要信奉基督教和天主教,犹太教、东正教、佛教、伊斯兰教、道教等宗教亦有一定信众,信仰宗教的公民在总人口中约占91%。

经济发展

美国是世界经济大国。经济高度发达,工农业生产门类齐全,集约化程度高,国民生产总值长期位居世界首位。美国的工业分布大致可分为3个区域:

1. 东北部工业区

位于密西西比河以东,俄亥俄河和波托马克河以北。该区在国民经济中占主导地位。以加工业为主,有冶金、机械制造、化学、纺织等工业部门,不过传统工业部门近几年有衰退的趋势。

2. 南部工业区

以采矿业为主,加工工业各部门有所发展,其中石油、化学、造船、军事工业在全国经济中占主导地位,这个地区近几年发展很快。

3. 西部工业区

工业部门比较单一,不过高科技性较强。航空火箭、电子工业、原子工业等发展很快,西部山地为矿产区。

美国的农业主要为大型农场经营,农业高度发达,机械化程度很高,主要有畜牧业和耕作业两大部分,农产品外汇收入为美国外汇收入最大的项目之一。美国也是世界上进出口贸易



额最大的国家,近年来与中国的进出口额都迅速增长。

美国的货物运输业以铁路为主,铁路全长31.8万多千米,横贯全国。航空以客运为主,航空线联系全国各大城市。海运发达,主要海港城市有大西洋沿岸的纽约、诺福克、巴尔的摩、波特兰、波士顿、费城、杰克逊维尔,墨西哥湾沿岸有新奥尔良、休斯敦、阿瑟港,太平洋沿岸的旧金山、洛杉矶、西雅图等城市都是重要的海港城市。

政治现状

• 政府

总统内阁制。总统是国家元首、政府首脑兼武装部队总司令。总统的行政命令与法律有同等效力。总统通过间接选举产生,任期四年。政府内阁由各部部长和总统指定的其他成员组成。内阁实际上只起总统助手和顾问团的作用,没有集体决策的权力。

• 宪法

1776年7月4日制定了宪法性文件《联邦条例》。1787年5月制定了宪法草案,1789年3月第一届国会宣布生效。它是世界上第一部作为独立、统一国家的成文宪法。宪法的主要内容是建立联邦制的国家,各州拥有较大的自主权,包括立法权;实行三权分立的政治体制,立法、行政、司法三部门鼎立,并相互制约。

• 国会

国会是最髙立法机构,由众议院、参议院组成。两院议员由各州选民直接选举产生。参议员每州2名,共100名,任期6年,每两年改选1/3。众议员按各州的人口比例分配名额选出,共435名,任期两年,期满全部改选。两院议员均可连任,任期不限。参众议员均系专职,不得兼任政府职务。

• 司法机构

设联邦最高法院、联邦法院、州法院及一些特别法院。联邦最高法院由首席大法官和8名大法官组成,终身任职。联邦最高法院有权宣

布联邦和各州的任何法律无效。

• 政党

美国有多个党派,但在国内政治及社会生活中起重大作用的只有共和党和民主党。

多元文化

美国是一个由移民组成的、个体本位的国家,主要的人口构成是白人、黑人、拉丁美洲移民和华人、印第安人等。早期的移民把欧洲文化带到美国,很快这些文化遍及美国各地。时至今日,美国已经成为世界文化的主流之一。许多的美国艺术家们对于发展新的风格,新的自我表现方式,甚至新的文化形式都作出了巨大的贡献。

美国文化主要强调个人价值,追求民主自由,崇尚开拓和竞争,讲求理性和实用,其核心是个人中心主义;个人至上、私欲至上、追求个人利益和个人享受,强调通过个人奋斗、个人自我设计,追求个人价值的最终实现。这种刻意塑造自我,追求个性化的个人主义调动了个人的积极性,使许多人的智慧和潜力得以充分发挥,从而促进整个民族与国家的振兴和发展。

美国是流动性很大的社会。这种流动体现在两个方面:地域性流动和社会性流动。美国相对的开放自由、发达的交通和冒险好动的传统使许多美国人从乡村流到城市,又从市中心流向郊区;从北方流到南方阳光地带,从一个城市流到另一个城市。美国社会阶级不像欧洲国家那样固定,加上公共教育的普及,使沿着社会阶梯向上流动成为可能。许多生活在美国的人,无论是土生土长的美国人,还是漂洋过海来到美国的外国移民,都有一个梦,即通过自己的努力,改变自己的社会地位,实现自己的人生梦想,这就是人们常津津乐道的“美国梦”。

行政区划

众所周知,美国分为50个州和首都所在的哥伦比亚特区。