

修订版

美国高中 留学指南

朴泰仙◎主编

全新一手资讯 细节完全披露
权威观点集结 专业团队解析

FM419



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

美国高中 留学指南

朴泰仙◎主 编 李素荣◎副主编

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

美国高中留学指南/朴泰仙主编. —2 版 (修订本). —
北京: 中国铁道出版社, 2015. 1

ISBN 978-7-113-19381-2

I. ①美… II. ①朴… III. ①高中—留学生教育—概
况—美国②高中—介绍—美国 IV. ①G639.712.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 237911 号

书 名: 美国高中留学指南 (修订版)

作 者: 朴泰仙 主编 李素荣 副主编

责任编辑: 张艳霞

电话: 010-51873005

电子邮箱: zyxbooks@126.com

助理编辑: 孙晓明

封面设计: 王 岩

责任校对: 龚长江

责任印制: 赵星辰

出版发行: 中国铁道出版社 (100054, 北京市西城区右安门西街 8 号)

网 址: <http://www.tdpress.com>

印 刷: 三河市宏盛印务有限公司

版 次: 2010 年 8 月第 1 版 2015 年 1 月第 2 版 2015 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 700 mm×1 000 mm 1/16 印张: 20.25 字数: 290 千

书 号: ISBN 978-7-113-19381-2

定 价: 49.90 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社读者服务部调换。

赢在起跑线上

坐在电脑前，敲了好多次，就是无从谈起——

好久没有这么亢奋，好久没有这么激情澎湃。这些或许煽情的文字，出自我的手，流淌自我的心田。

窗外是初秋是北京，家里后院的几棵果树，枝头也挂满了果实，这是一个收获的季节。十二年前，也是这样的季节，我拉着行李箱闯荡北京，怀揣理想来收获人生。

缘起

回想当初，哭着喊着丢下教鞭，逃离神圣讲台，义无反顾跃入商海。不是懵懂乍醒的本能，就是不愿碌碌无为的青春无悔。

几番打拼，我终于拥有了自己的事业，但一直总感觉缺少点什么。

事业低谷时，北行俄罗斯，东进韩国，我领着仅存的八员大将终于杀出一条生路。生意成功了，人还是不快乐。事业巅峰时，定期包机，国际专线，我带着几百号精英骁勇打造出一片新天地。生意发展了，人还是不快乐。

也许是宿命吧，感到快乐是一个偶然。

因为从事国际交流，崔姐就以儿子留学相托。当时，除了护照和签证，我对留学一窍不通，也没有留学中介可以咨询。好在咱不懂就问，不懂就学，愣是弄成了。送崔姐的儿子去英国，自己也顺便考察了当地的教育——原来国外的教育比我们先进多了，这对于当过老师的我来说是很大的触动，也让我很怀念曾经如此熟悉和喜爱的校园。突然醒悟，为什么自己总是觉得缺少点什么，总是无法找到发自内心的快乐，原来是远离了那些自己很喜爱的学生们。

一个冲动和匆忙的决定，就在我从英国飞回来的飞机上就这么定下了。落地北京将办公室租好，回去把正在干得如火如荼的旅游事业交给我的团队打理，单枪匹马开始了追求能使自己真正快乐起来的事业的创业之旅。

起步

拉着行李箱，我落脚东三环，在三元大厦迈出了第一步。当时，加拿大移民正火，而加拿大高中留学却无人涉足。我从埃德蒙顿公立教育局驻华办做起，成为埃德蒙顿公立教育局中国首席代表。第一年就成功地送出了上百个中学生，并得到了加拿大有关当局的肯定和支持。我也有幸作为加拿大总理克雷蒂安访华团队一员走进了中南海。我迈出去的第一脚终于可以落地了。

定位

加拿大高中留学，夹缝中生存，有滋有味，得心应手。美国高中留学，理当亦然。思路决定出路。基于多年的市场经验以及对教育行业的熟悉，也基于一直从事中学生留学的经验，我毅然决然定下了樱知叶未来的发展：美国低龄留学。于是乎，在所有人都奔向美国本科和研究生留学的时候，我把樱知叶的船驶向了美国低龄留学的港湾。于是乎，樱知叶从350平方米的泛利大厦搬到了近千平方米的嘉都大厦，樱知叶留学终成美国高中留学领航者。

腾飞

从第一届开始，美国高中教育展连年举办，本书再版的今年已经是第十六届了。

旅美高中生联盟也从第一届延续到今年夏天的第八届，把旅美高中的学生聚拢一起，搭建互动平台，交流思想，建立友谊，分享经验，共同进步。

从单一的美国高中留学，逐渐延伸到英国、澳大利亚、日本、韩国、欧洲，还有我们最早的加拿大高中，樱知叶已经构建了高中留学的大排档，低龄留学的自选城。只要是高中留学，就有选择；只要是留学高中，就选樱知叶。

2005年之后的美国留学，可以用一日千里来形容。我们适时抓住一切可能与机会，着力开凿了这一领域。

始终高扬美国高中留学大旗，矢志不移地坚持我们的既定路线：低龄留学。终成翘楚，无人可及。尤其是进驻美国使馆签证大厅，为留学签证

申请人提供专业服务，真正是千锤百炼，傲居群雄。

积极推进美国高中留学相关业务的发展，为完善产业链做好我们的准备与努力。力挺 SSAT 落户中国，引进美国高中学分修补，强化美国高中课业预先修习，从头一直贯穿到尾，环环相扣。

高中留美奔的还是美国的大学，尤其是美国的顶尖名校。为此，积极营销美国名牌大学，终于赢得了积极的回报。国内申请者需要 SAT2200 分才能进入顶尖美国大学，而我们在美国读高中的学生仅需要 SAT1700 多分就可以进入同样的大学。

专业经验的积累，专业水准的认可，成就了樱知叶的美国留学——尤其是美国高中留学。

收获

樱知叶在 2005 年送出去的第一批留学美国高中的学生，全部升入了大学，而且 96% 进的是美国前 50 的大学名校。

无一例外，这些学生和家长都对樱知叶力荐美国高中表示赞赏与感谢。实际上，我们樱知叶人又何尝不是同一感受呢？

当我们把没有可能在国内升大学的孩子送到美国高中并顺利升入美国大学的时候；

当我们在孩子青春期逆反无法完成正常学业而送到美国高中并顺利升入美国大学的时候；

当我们在孩子无语言环境提升英语水平不利而送到美国高中并顺利升入美国大学的时候；

当我们在孩子就是为升入常青藤等顶尖大学而送到美国高中并最终顺利升入目标大学的时候；

当……当……

“中国，等我回来！”当小小年纪的中学生刚到美国时就对祖国这样的表白，就对祖国这样的忠诚，我真的收获了！

这游子感怀，让我激动；这豪言壮语，让我泪满双眼。祖国啊，这民族复兴的呐喊，这满载青春的抱负，是我努力的终极，是我事业的归宿。庆幸自己选择了能使自己快乐的事业；庆幸自己当初没有留在国外，选择了回国发展；庆幸自己选择了低龄留学，能给学生想象的翅膀，飞越成功。

感恩

我怀着一颗虔诚之心，感恩这个难得的时代！

如果不是这个伟大的时代，我没有机会了解自己，展示自己，证明自己。我不可能自己找寻发展的方向，把握人生的舞台。我也没有可能解决温饱、积累财富、追求卓越、迈向未来，一步一步走向人生的真谛，实践生命的意义。

我怀着一颗谦卑之心，感恩我一路走来得到的关爱！

如果不是好心老师的帮助，我有可能赶不上高考，现在的我保不齐是何番模样。如果不是开明的学校领导绿灯放行，我赶不上首批下海弄潮淘得第一桶金，现在的我何谈立业，怎求成功。如果不是众手相抬，倾情相助，成功时警醒不躁，困难时鼓舞斗志，现在的我难保功败垂成。

我怀着一颗真诚之心，感恩与我一路走来，已然另路走往的同事！

是他们，和我一起铸就了樱知叶低龄留学的辉煌，然而，却没能一同写就樱知叶未来的灿烂。就是本书，前期的规划与整理也留有他们的汗水，望着 Rose、Jane、Jessica、Carling、Karen……远离的身影，感情是遗憾，内心是祝福。期许大家，奋发有为，明天更美好。樱知叶不会忘记你们的努力与付出——无论何时何地，你们都是樱知叶的功臣！

我怀着一颗火热之心，感恩与我一路走来，又将一路走往的同仁！

棵材难燃映天火，卒萤不亮满空夜。如果不是团队的力量，就不会有樱知叶的今天，就不会成就今日的樱知叶。一路走来，我们齐心协力；一路走往，我们继往开来。

追求

蹦出脑海的字句又打湿了双眼：让我们的孩子赢在起跑线上。

我为此努力！为此付出！！为此奋斗!!!

樱知叶教育集团总裁



目 录

CONTENTS

上篇 百问百答

第一章 美国中学(高中)	2
1. 美国中学的类型有哪些?	2
2. 美国中学学制是几年?	2
3. 美国私立中学升学率如何?	2
4. 美国名牌大学有没有附属中学?	3
5. 美国只有私立中学可以接收国际学生吗?	3
6. 男女混合校和单一性别学校哪种申请更容易?	4
7. 私立中学和公立中学的国际学生身份有何不同?	5
8. SAT 是判断一所高中好坏的唯一标准吗?	5
9. 美国走读中学比寄宿中学便宜吗?	6
10. 什么时间段留学美国高中最合适?	6
11. 去美国读高中应该从什么时候开始准备?	7
12. 如何看待美国高中排名?	7
13. 美国中学和中国中学有什么不同?	8
第二章 寄宿中学	9
1. 什么是寄宿中学?	9
2. 选择寄宿中学的理由有哪些?	9
3. 寄宿中学的类型有哪些?	11
4. 美国寄宿中学的分布有哪些特点?	12
5. 美国历史悠久的前 20 所寄宿中学有哪些?	13
6. 美国私立中学一年的费用有多少?	14
7. 美国寄宿中学是否对学生有年龄限制?	14
8. 什么是美国的寄宿初中?	15
9. 为什么说就读美国寄宿初中是一个好的选择?	16

10. 美国寄宿初中是否有 ESL 课程?	17
11. 如何申请美国寄宿初中?	17
12. 入读美国寄宿初中的优势是什么?	18
13. 美国值得推荐的寄宿初中有哪些?	19
14. 寄宿初中国际学生比例大概是多少?	21
15. 上完初中后如何申请美国高中?	22
第三章 寄宿高中申请	23
1. 美国寄宿高中申请的步骤是怎样的?	23
2. 美国寄宿高中申请的录取率是多少?	24
3. 学生需要具备怎样的条件才能申请美国寄宿高中?	25
4. 美国寄宿高中喜欢录取什么样的学生?	26
5. 面试重要吗?	26
6. 如何办理转学? 转学是否有就读时间限制?	28
7. 学生转学需要重新签证吗?	29
第四章 寄宿学生生活	30
1. 美国的中学有多少假期?	30
2. 美国寄宿中学的食谱是什么样的?	31
3. 寄宿中学的学生节假日住哪里?	32
4. 国际学生怎么过周末?	33
5. 美国寄宿中学的宿舍是怎么安排的?	33
6. 美国学生宿舍是什么样子的?	34
7. 国际中学生可以打工吗?	34
8. 在美国读中学用不用穿校服?	35
9. 美国中学有哪些禁止性规定?	36
第五章 奖学金申请	37
1. 美国的奖学金、助学金、助需金及其区别?	37
2. 美国寄宿中学提供哪些奖学金和助需金?	38
3. 中国学生可以申请奖学金吗?	39
4. 从美国中学拿到奖学金的几率大吗?	39
5. 申请奖学金是否影响学校的录取?	40
6. 申请美国寄宿中学奖学金需要具备什么条件?	40
7. 怎样申请美国寄宿中学的奖学金?	41

第六章 美国中学师资	43
1. 美国中学老师的最高学历是什么情形?	43
2. 美国中学的师生比例是多少?	43
3. 美国中学老师的教学方式是怎样的?	44
第七章 高中学生申请大学	46
1. 在美国读完高中后如何申请大学?	46
2. 在美国读高中的中国学生申请大学需要注意什么?	47
3. 美国高中学校会帮助学生申请大学吗?	48
第八章 美国中学学习	50
1. 美国高中的选课制与学分制是什么样的?	50
2. 怎样科学合理地选课?	50
3. 中国学生留学美国高中有哪些选课与学分问题?	51
4. 高中毕业除了学分上的要求,还有其他要求吗?	52
5. 考试有不及格科目能否毕业? 课程能否重修?	52
6. 什么是 AP 课程? 什么是荣誉课程?	52
7. 如何选择 AP 课程和荣誉课程?	53
8. 选择高中 AP 及荣誉课程有哪些利与弊?	54
9. 美国高中各年级数学课程都有哪些?	54
10. 美国高中的科学课程都包括哪些?	55
11. 美国中学的历史课程都包括哪些?	55
12. 美国高中的外语课程一般都有哪些?	56
13. 美国中学都有 ESL 课吗?	56
14. 如果我就读的学校没有 ESL 课程怎么办?	57
15. 美国中学的 ESL 课程对国际学生有什么帮助?	57
16. 美国高中有哪些必修课?	58
17. 美国高中有哪些选修课?	58
18. 美国寄宿中学有晚自习吗?	59
19. 美国中学有作业吗?	59
20. 美国高中有“班级”概念吗?	60
21. 国内中学的成绩可否转为美国中学的学分?	61
22. 中国学生如何去适应美国中学的学习?	61
23. 中美学生在学习上的区别有哪些?	62

第九章 美国中学活动	64
1. 体育课是选修课吗? 学校一般有哪些体育项目?	64
2. 美国中学的俱乐部与社区活动有什么区别?	65
3. 美国中学的课外活动有哪些?	66
4. 参加课外活动有什么好处?	66
第十章 美国中学夏令营	67
1. 美国中学的夏令营什么时候开始?	67
2. 参加美国中学夏令营有什么要求?	69
3. 哪些美国中学提供夏令营?	70
第十一章 走读中学	72
1. 什么是私立走读中学?	72
2. 走读中学有哪些类型?	72
3. 私立走读中学有哪些优势?	73
4. 什么样的学生适合私立走读中学?	74
5. 申请走读中学有什么好处?	75
6. 走读中学是否都有宗教背景?	76
7. 美国的教会中学有什么特点?	77
8. 如何申请美国走读中学?	77
9. 美国走读高中有排名吗?	78
第十二章 寄宿家庭	80
1. 什么是寄宿家庭?	80
2. 怎样处理与寄宿家庭的关系?	80
3. 寄宿家庭会是国际学生的监护人吗?	80
4. 寄宿家庭的选择标准是什么?	81
5. 有宗教信仰的家庭会对学生产生影响吗?	82
6. 学生住寄宿家庭需要注意哪些问题?	82
7. 寄宿家庭是否可以调换?	82
8. 住寄宿家庭应该做好哪些心理准备?	83
9. 美国寄宿家庭都提供哪些服务?	84
第十三章 走读中学的宗教课程	85
1. 美国中学的宗教课程很难吗?	85

2. 国际学生必须选择宗教课程吗?	85
3. 如何看待美国中学的宗教课程?	86
4. 宗教背景的学校会要求学生信教吗?	87
第十四章 军校	88
1. 何为军校高中?	88
2. 军校高中的课程如何设置?	88
3. 军校高中有没有军事训练,强度是不是很大?	88
4. 什么样的学生适合去美国的军校高中?	89
5. 美国高中军校接收女生吗?	89
第十五章 特殊高中	90
1. 什么是特殊中学?	90
2. 美国的特殊中学有哪些类型?	90
第十六章 艺术高中	91
1. 美国艺术类的高中是怎样的?	91
2. 美国艺术高中与普通高中有何异同?	91
3. 申请美国艺术高中的具体要求是什么?	92
4. 美国知名的艺术高中有哪些?	93
第十七章 男校	94
1. 美国男校中学有什么特点?	94
2. 美国知名男校中学有哪些?	94
3. 美国男校中学课程设置有什么特点?	95
第十八章 女校	96
1. 美国女校中学有什么特点?	96
2. 美国著名的女校中学有哪些?	96
3. 美国女校中学的课程如何设置?	97
4. 为什么选择美国女校中学?	97
5. 为什么美国有男校和女校之分?	98

中篇 专家建言

第十九章 一家之言	100
1. 美国高中留学的难:境外后续	100

2. 美国高中留学的易:破难之路	101
3. 管理型留学能带给家长和学生什么?	102
4. 美国寄宿制中学和走读制中学的比较	103
5. 美国走读高中学校应该成为新选择	105
6. 就读美国高中最佳时间:九年级!	109
7. 国际学生可不可以申请美国 12 年级	109
8. 美国高中奖学金及其申请	110
9. 如何申请美国寄宿中学?	113
10. 美国的高中生:更苦也更快乐!	114
11. 美国高中留学:保险很必要!	115
12. 美国高中如何转学?	117
13. 独具魅力的美国教会学校	119
14. 美国协调员的酸甜苦辣	121
第二十章 寄宿学校案例分析	124
1. 机遇永远给有准备的人	124
2. 柳暗花明又一村	125
3. 不要轻言放弃	127
4. 托福分低,补救有方	128
5. 三十天搞定申请与签证	130
6. 功夫不负有心人	131
7. 彰显个性魅力	133
8. 错失的不仅仅是一所学校的申请	135
9. 补录的成功源自专业的经验	137
10. 十五天完成六所顶尖高中的申请	138
11. Offer 大满贯之 Homeschooling 王同学	140
12. 与众不同的面试赢得学校的录取	142
13. 实力+伯乐=成功	144
14. 巴松给力,洞开 webb 之门	146
15. 乾坤大逆转之樊同学	150
16. 早起的鸟儿有虫吃	152
17. DIY 全军覆没,求帮助绝处逢生	153
18. 高申尽早无遗憾	155

19. 一个源于诚实和信任的故事	156
第二十一章 走读学校案例分析	159
1. 态度决定“胜负”	159
2. 一波三折	160
3. 努力争取换来的 1% 机会	162
4. 此路不通走它途, 条条道路通罗马	164
5. 选校匹配, 乐学乐己	166
6. 成绩不是唯一, 努力才是关键	167
7. 申请规划, 衔接未来	169
8. 震撼优势, 轻取学校	170
9. 留学需趁早, 配合是关键	172
10. 一个托福 30+ 的学生在美国寄宿家庭的成长	174
11. 手握金刚钻, 咸鱼翻身是必然	176

下篇 实用参考

第二十二章 美国高中学校申请	180
1. 学校申请材料	180
2. 留学时间规划	182
3. 网上申请实例	184
4. 网上送分实例	188
第二十三章 美国留学签证申请	194
1. 签证申请材料	194
2. 签证预约与 F1 签证	195
3. 美国留学签证(F1)申请表格(DS-160)实例	197
4. DS-160 申请表常见问题答疑	200
第二十四章 美国高中学校选介	218
1. 寄宿学校	218
2. 走读学校	236
第二十五章 名词解说	264
1. TOEFL Junior	264

2. iTEP	266
3. SLEP	271
4. ISEE	272
5. SSAT	273
6. SAT	275
7. ACT	277
8. TOEFL/iBT	280
9. GPA	284
10. ESL	285
11. SEVIS	286
12. I-20 表	287
13. DS-160 表	287
14. AP	288
第二十六章 美国高中排名	290
1. 美国私立寄宿高中排名	293
2. 美国私立走读高中排名	300
3. 《福布斯》美国私立高中排名	307

上篇

百问百答

内容提要

- 美国中学（高中）
- 寄宿中学
- 寄宿高中申请
- 寄宿学生生活
- 奖学金申请
- 美国中学师资
- 高中学生升学
- 美国中学申请大学
- 美国中学活动
- 美国中学夏令营
- 走读中学
- 寄宿家庭
- 走读中学的宗教课程
- 军 校
- 特殊高中
- 艺术高中
- 男 校
- 女 校

第一章

美国中学（高中）

1. 美国中学的类型有哪些？

基于不同的标准，美国中学可分为不同的类型。

根据学校能否向学生提供住宿，美国中学分为寄宿中学和走读中学。按投资主体，又可分为公立中学和私立中学。一般而言，公立中学的投资主体多数为政府，学校的财政来源于地方政府、州政府或联邦政府。与公立中学恰恰相反，私立中学的资金主要来源于私人或者一些组织机构，如教会、企业、财团、社团等。按学生性别的不同，美国中学可分为男校、女校和男女混校。根据宗教背景来看，又有教会中学与非教会中学的区别。根据办学性质，还可分为军校、艺校等。

总之，美国中学种类很多，就看你用什么标准来衡量了。

2. 美国中学学制是几年？

就美国的中小学学制来说，整个美国没有统一的规定。美国各州有权决定省内学生的修业年限，也就是学制。全美国的中学有四年一贯制、六年一贯制、三三分段制、三四分段制和四四分段制等几种学制。不过，现在几乎占全国一半以上的州都采用三四制或四四制。在这种学制下，中学阶段为7年的，初中就为6~8年级，高中就为9~12年级；中学总共8年的，初中就为5~8年级，高中就为9~12年级。

3. 美国私立中学升学率如何？

众所周知，美国私立中学以其优质的教学、严格的学校管理、先进的教学理念及设备享誉全世界。整体而言，私立中学的升学率要远高于