

智取常春藤

申请美国大学本科名校必读

张恒瑞 主编

*Ivy League
Strategy*

The Smart Way to
Get Into Your Dream
School



中国青年出版社

智取常春藤

申请美国大学本科名校必读

张恒瑞 主编



Ivy League Strategy

The Smart Way to Get Into Your Dream School



中国青年出版社

(京)新登字083号

图书在版编目(CIP)数据

智取常春藤：申请美国大学本科名校必读 / 张恒瑞编著.

—北京：中国青年出版社，2013.6

ISBN 978—7—5153—1713—7

I. ①智... II. ①张... 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(2013)第127181号

选题策划：王寒柏

责任编辑：金小凤

装帧设计：小 鱼

出版发行：中国青年出版社

社址：北京东四十二条21号

邮编：100708

网址：www.cyp.com.cn

联系电话：010-57350404

印刷：北京顺诚彩色印刷有限公司

经销：新华书店

660×970 1/16 1插页 18.25印张

2013年9月北京第1版 2013年9月北京第1次印刷

印数：1-20000册

定价：36.00元

本书如有印装质量问题，请联系质检部。

联系电话：010-57350337

智取常春藤



题写书名：郭振有（中国教育学会常务副会长、中国书法家协会会员）

學美留學顧問股份有限公司
成立十五週年誌慶

培育人才

連戰



敬賀



為張恒瑞先生新書出版賀題

青年學子的

良師益友

二〇二二年六月

陳士林



學美留學顧問股份有限公司成立十五週年誌慶

放寬視野 拓展國際
教育導航 丕奠宏基

宋楚瑜題賀



宋楚瑜書

培育英才

郁慕明



敬賀

財團法人海峽交流基金會

恒瑞執行長惠鑒：

貴公司長年致力於留學顧問工作，以專業的指導，全方位的服務，協助上萬名學子實現赴海外求學深造之夢想；自 2004 年起更進駐上海展業，成長快速，2010 年創立中華兩岸國際教育交流促進會，為兩岸教育交流提供專業服務，成就非凡，乃台灣輔導海外留學經典品牌。

恒瑞執行長以耶魯大學碩士學歷，捨棄高薪，創設專辦留美事業，幫助國內青年開創海外學習生涯，提昇自身競爭力，執行長扮演人才培育之推手，功不可沒。中華兩岸國際教育交流促進會在執行長帶領之下，定能讓兩岸文教交流朝多元化發展。未來期盼貴公司在兩岸教育交流發展中持續為兩岸青年學子實現夢想，提供專業服務。值此 15 周年慶典前夕，特綴數語，以為誌慶。肅此

順致

時祺

財團法人海峽交流基金會

3 月 21 日

目录

前言	4
序	邵 巍 6
常存常阅 矢志成真	
——读《智取常春藤》有感并推荐序	王本中 7
自序	张恒瑞 8

上篇 | 申请与说明介绍篇

第一章 美国本科名校申请基础介绍 12

- 一、美国大学分类 12
- 二、美国大学申请种类及程序 25

第二章 美国本科名校审核要素 28

- 一、标准化考试——大学入学的敲门砖 28
- 二、申请文书（Essay）——大学入学的关注点 47
- 三、推荐信——大学入学的附加分 80
- 四、课外活动——大学入学的精彩点 83

第三章 美国本科名校申请技巧解析 93

- 一、科学合理的择校法则 93
- 二、雪中送炭的财力补助 102
- 三、锦上添花的面试锦囊 106

下篇 | 答疑与心得分享篇

第四章 专家观点——美国本科申请现状分析 114

- 一、如何看待美国大学招生名额“僧多粥少”现象 114
- 二、为什么现阶段美国本科申请中SAT高分不再是绝对优势 115
- 三、为什么就读美国高中的中国学生在本科申请时更具优势 115
- 四、就读国内知名重点高中的学生，申请时具有哪些优势 116
- 五、为什么保底学校不再保底 117
- 六、如何解读美国本科奖学金申请出现的“拐点” 118
- 七、解析“被规划”现象，你的提前规划应注意哪些要点 118
- 八、面对美国高校录取规则，中国学生应如何应对 119
- 九、如何解读国内高中国际班学生美国本科申请现状 120

第五章 对话专家——美国本科申请八大内幕揭秘 124

- 一、美国大学如何审核与挑选申请者 124
- 二、高中的学业成绩对本科申请有多重要 126
- 三、考试分数和录取学校有何关联性 127
- 四、招生审核有哪些区域差异 129
- 五、父母毕业学校及家庭背景对入学有何影响 133
- 六、美国留学ED/EA录取有哪些误区 136
- 七、如何看待美国名校本科招生中的保护主义 138
- 八、高考后留学美国读本科有哪几种方式 142

第六章 专家点评——美国本科申请典型案例 145

- 一、北京高考状元刘同学为什么会被美国11所大学全拒 145
- 二、转败为胜 156

第七章 学生申请心得分享 158

- 一、大局观助我成功被西北大学录取 158
- 二、坚持——通往斯坦福的“心理捷径” 161
- 三、细节之处见精彩——回望我的哥大申请之路 163
- 四、一场不输于国内高考的暗战 165
- 五、留学路漫漫，成功申请只是第一步 167
- 六、战胜自我方能成为人生赢家 170

附录

- 一、全国精英高中生美国大学名校行全记录 176
- 二、关于“学美留学” 201
- 三、“学美留学”申请美国大学辉煌成果 210
- 四、美国大学录取信展示 213
- 五、第四版CA的应对方法及表格展示 225
- 六、加州申请系列说明 263
- 七、2013 U.S. News & World Report综合大学排名 269
- 八、2013 U.S. News & World Report文理学院排名 275

目录

前言	4
序	邵 巍 6
常存常阅 矢志成真	
——读《智取常春藤》有感并推荐序	王本中 7
自序	张恒瑞 8

上篇 | 申请与说明介绍篇

第一章 美国本科名校申请基础介绍 12

- 一、美国大学分类 12
- 二、美国大学申请种类及程序 25

第二章 美国本科名校审核要素 28

- 一、标准化考试——大学入学的敲门砖 28
- 二、申请文书（Essay）——大学入学的关注点 47
- 三、推荐信——大学入学的附加分 80
- 四、课外活动——大学入学的精彩点 83

第三章 美国本科名校申请技巧解析 93

- 一、科学合理的择校法则 93
- 二、雪中送炭的财力补助 102
- 三、锦上添花的面试锦囊 106

下篇 | 答疑与心得分享篇

第四章 专家观点——美国本科申请现状分析 114

- 一、如何看待美国大学招生名额“僧多粥少”现象 114
- 二、为什么现阶段美国本科申请中SAT高分不再是绝对优势 115
- 三、为什么就读美国高中的中国学生在本科申请时更具优势 115
- 四、就读国内知名重点高中的学生，申请时具有哪些优势 116
- 五、为什么保底学校不再保底 117
- 六、如何解读美国本科奖学金申请出现的“拐点” 118
- 七、解析“被规划”现象，你的提前规划应注意哪些要点 118
- 八、面对美国高校录取规则，中国学生应如何应对 119
- 九、如何解读国内高中国际班学生美国本科申请现状 120

第五章 对话专家——美国本科申请八大内幕揭秘 124

- 一、美国大学如何审核与挑选申请者 124
- 二、高中的学业成绩对本科申请有多重要 126
- 三、考试分数和录取学校有何关联性 127
- 四、招生审核有哪些区域差异 129
- 五、父母毕业学校及家庭背景对入学有何影响 133
- 六、美国留学ED/EA录取有哪些误区 136
- 七、如何看待美国名校本科招生中的保护主义 138
- 八、高考后留学美国读本科有哪几种方式 142

第六章 专家点评——美国本科申请典型案例 145

- 一、北京高考状元刘同学为什么会被美国11所大学全拒 145
- 二、转败为胜 156

第七章 学生申请心得分享 158

- 一、大局观助我成功被西北大学录取 158
- 二、坚持——通往斯坦福的“心理捷径” 161
- 三、细节之处见精彩——回望我的哥大申请之路 163
- 四、一场不输于国内高考的暗战 165
- 五、留学路漫漫，成功申请只是第一步 167
- 六、战胜自我方能成为人生赢家 170

附录

- 一、全国精英高中生美国大学名校行全记录 176
- 二、关于“学美留学” 201
- 三、“学美留学”申请美国大学辉煌成果 210
- 四、美国大学录取信展示 213
- 五、第四版CA的应对方法及表格展示 225
- 六、加州申请系列说明 263
- 七、2013 U.S. News & World Report综合大学排名 269
- 八、2013 U.S. News & World Report文理学院排名 275

前言

人生所走的每一步，都是一次选择的机会。选择的机会或许很多，但关键是否能把握住。申请美国本科名校，正是广大学子人生中的重要选择之一。在这一段时间里，花费的精力、占据的时间、消耗的金钱，都无一例外地印证了这次机会对申请者的重要性。留学申请道路的艰辛、曲折、苦乐，只有经历过的人才能体会。

圣贤有云，得道者多助，失道者寡助。任何一件事想要做成功，都必须有“道”——即“正义”的帮助。而在美国本科名校申请中，这个“正义”就具体表现在：学生选对了帮助自己的对象，进而从中获取到正面的信息和力量。

留学申请，从基础考试、材料准备、学校选择到材料递交、参加面试、材料增补、等待结果，再到应对拒信等等，这期间每一道工序都繁复琐碎，不能省略，关键步骤甚至不可逆向操作。当你踏上留学之路，在很长一段时间内，伴随你的大多是煎熬和纠结，只有在真正收到梦寐以求的Offer时，才能体会到短暂的狂喜，继而兴奋地期待异国求学的生活。

实际上，正是因为留学之路的崎岖，所以对申请者来说，留学申请是一个不断克服困难、不断自我反思、不断自我重塑的过程。然而许多人并未认识到这一点。据国内一个热门的美国本科留学论坛的数据统计，近90%的DIY申请者，最终，或是仅被保底学校录取，或是全军覆没。剩下的10%，仅少数人通过极为辛苦的过程达到了自己的预期目标。更多的，其申请结果，要么只是“尚可”，要么是在差与更差之间艰难地做选择。事实上，对每一个申请者来说，你都是一个Rookie（新手）。纵然你的条件再优秀，但你缺乏经验，也没有那么多的时间和精力来使申请的每一个环节都面面俱到。于是，许多有大局观的申请者，选择经验丰富的专业留美辅导机构来协助自己申请美国本科名校。此乃“正义”之道也。

尽管“改革开放”后，新“留学潮”涌起已近30年，但至今仍有不少申请者对留学机构存有偏见。他们普遍认为，申请到美国名校的学生，依靠的是自身过硬的背景条件、优秀的成绩、多样的活动等客观存在的事实，留学机构在申请过程中只是充当了“填表格、做整理、帮翻译、寄快递”等“打杂者”的角色。存有这样观点的人不在少数，在未来一段时间内，这样的观点仍将存在。究其原因，是持有这种观点的人根本没有真正地领悟到申请之道。

或许在某种程度上，你的背景条件过硬，但你是否确定，它真的有实力可以战胜其他所有的申请者，笑傲整个年度的申请竞争？当面对和你拥有相同或相似背景的优秀申请者时，你们拼的不仅仅是硬件条件，更多的是信息、资源等关键点上的“软实力”。而在这些“软实力”上，专业机构能给予的帮助是非常大的。

或许你还是会质疑，毕竟最了解自己的人永远是自己，难道我身上所拥有的出色之处，我自己不知道？难道留学机构会比我更了解自己？

存有这种疑惑，是因为你没有意识到，你所认为的自我优点，不一定是美国名校感兴趣的。相反，你所忽视的地方，却很有可能是美国名校所看重的特质。较之你自己，有多年申请经验的留学机构，会更加了解专业审核者所看重的条件，并在申请过程中矫正申请者的思路，同时站在审核者喜闻乐见的角度，

结合申请者的实际情况，整合出具有针对性的内容，最后围绕这些核心内容来打造文书、推荐信、各种文章等。通过整体提升，让申请者能够在审核者面前闪亮登场，击中他心中所想。因而，对美国本科名校申请者而言，唯有读懂审核者的心，才能有效地说服审核者来录取自己，这就需要真正的专业机构所提供的“助”。

或许你又会认为，既然留学机构这般神通广大，那我什么都不用管，把一切全部交给他们，自己在家轻轻松松等待录取信就可以了。持这种观点的申请者犯了没有分清主次的错误。要知道“助”仅仅是“助”，它是辅助，不可能越俎代庖，代替你去申请。留学机构也并非魔术师，能够“无中生有”，它只会依据自己的专业性来为你提供建议，通过准确定位，帮助你在现有的条件上进行有效提升，做进一步的改善。如果把所有的申请事宜都甩给留学机构，可能会因缺少来自申请者的完整信息，导致最终结果没有达到预期的目标。就算最后被录取，申请者也会因为没有参与到申请过程而缺乏成就感，进而不会珍惜这来之不易的申请成果。最重要的是，你错过了一次自我成长的绝好机会。其实，从美国本科名校申请的过程中，你能窥探到并能实际体验到美国大学教育是极其重视学生个性发展的实质。作为申请者的你，若没有亲身经历，不可不说这是一种遗憾。

一个好的留学机构不应该只停留在帮助申请者获得Offer这一层面上。正如之前所述，留学是一个能够使人成长的过程。真正优秀的留学机构，在与客户合作和辅导学生的过程中，应当具备引导学生及其家长的思想观念、改善学生的全面素质、促成其心智与人格成长的潜在能力。

“学美留学”作为专业的留学机构，提供给申请者的“助”远不止这些。我们秉承客户至上的理念，不仅利用自身超过18年的专业经验来帮助学生进行前期申请和签证的辅导，还为没有海外生活经验的学生提供大学报到、住宿安排等后续服务。与此同时，我们还持续提供对学生将来的学业和发展均极有帮助的信息。

最重要的是我们拥有强烈的使命感，它一直在鞭策我们不断创新和变革。那些我们已经在做的“传道、授业、解惑”，早已成为了里程碑，而“助”你成长、成熟、成功，已然成为我们新的思路和目标。

在刚刚过去的一年中，我们成功地为优秀高中生举办了美国名校参访团的活动。在美国名校、美国东部政界的鼎力支持下，我们成就了一次开阔眼界的成长之旅。那些生动的场景、深刻的对话、发人深思的旅程思考，那些引为至交的朋友，都毫无疑问将成为所有参与者一生的宝贵财富。

这次活动也让我们深感肩上责任的重大，未来的任重道远。全国还有很多虽然没有机会参加此次活动，但梦想赴美留学的学生，我们希望将来有机会能够帮助他们实现梦想。正是这样的想法促成了此书的成型。我们相信，这本书也将是“学美留学”宏大愿景的发轫之作。

同学们！大洋彼岸美好的生活等着你书写新的一页，同时更多的挑战也在等待着你。海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。希望每位学子在动念留学之初，都能选对可以提供正能量的“助”！向梦想出发！加油！