

可以听的指南书

出国读高中完整攻略

刘兴宇 杨焱磊 谭飞马 王钟声 郑怡君 编著



*The Complete Strategy
of Going Abroad
to Read High School*



中国人民大学出版社

中国人民大学出版社

www.1kao.com.cn

注册享受增值服务

017273

刮开涂层 网站注册

封面 (CIP) 目录顺序封面

清华大学出版社·北京· 畅销书系列 清华大学出版社·北京· 畅销书系列

可以听的指南书

出国读高中完整攻略

刘兴宇 杨焱磊 谭飞马 王钟声 郑怡君 编著

2011年 北京人民广播电台

目：成为当时在京的公立媒体

作为这样的目的主持人

的过

大小

为众

国

起始

我们

本到

(姓举

想留学生

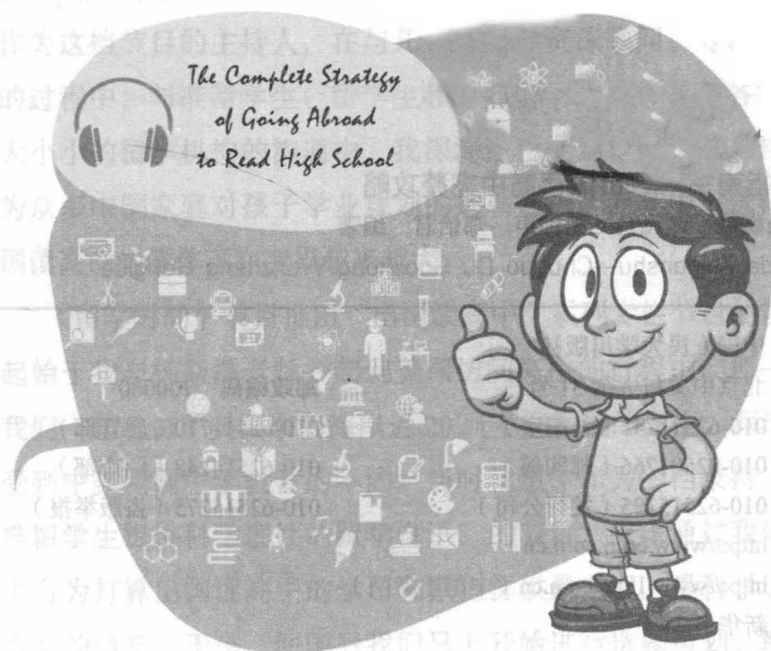
上台为打算

大国的信息

2011年 清华大学出版社

2011年 清华大学出版社

元00.21 价



中国人民大学出版社

· 北京 ·

地址：北京

电话：010-62511394

网址：www.crup.com.cn

图书在版编目 (CIP) 数据

可以听的指南书：出国读高中完整攻略 / 刘兴宇等编著 . —北京：中国人民大学出版社，2018.3

ISBN 978-7-300-25044-1

I. ①可… II. ①刘… III. ①高中-留学教育-概况-世界 IV. ①G639.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 240309 号

可以听的指南书——出国读高中完整攻略

刘兴宇 杨焱磊 谭飞马 王钟声 郑怡君 编著

Keyi Ting de Zhinanshu—Chuguo Du Gaozhong Wanzheng Gonglüe

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511770 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.lkao.com.cn> (中国 1 考网)

经 销 新华书店

印 刷 北京玺诚印务有限公司

规 格 148 mm × 210 mm 32 开本

版 次 2018 年 3 月第 1 版

印 张 17.875

印 次 2018 年 3 月第 1 次印刷

字 数 382 000

定 价 45.00 元

封面无防伪标均为盗版

版权所有

侵权必究

印装差错

负责调换

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

自序



经过近两年的努力，这部书终于和大家见面了。

2011年，北京人民广播电台外语广播创办《留学时间》节目，成为当时在京的公立媒体中唯一的留学类节目。后来几年，作为这档节目的主持人，在与几百位业界资深顾问、专家对话的过程中，与准留学生、留学生和海归们的交流中，与各家大大小小的留学机构的沟通中，我深深地感受到，留学越来越成为众多中国家庭对孩子学业规划的选项之一。而其中，选择出国读高中的群体正在变得越来越大。

《留学时间》节目推出“出国读高中”系列专栏节目的创意起始于我与杨焱磊老师一起到美国访问高中的行程中。那一次我们一起走访了美国东西海岸近20所不同类型的高中，深深感受到中美两国中学教育的不同。当时就想，作为一档秉持“为准留学生提供科学理性的留学资讯”的节目，应该通过我们的平台为打算出国读高中的学子和家庭提供最全面、最科学、最真实的信息。于是，回国后我们马上开始进行选题策划、联络和筛选专家队伍，最终选定了中国学生最主流的留学目的地国家：美国、加拿大、英国和澳大利亚，并进而选定了这四个国家的权威高中留学专家。为了能够方便移动收听，我们在节目设计时就特别将节目时长设定为5~7分钟。经过一年多的时





间，这个长达140多期的专栏节目终于完成了录制、剪辑和播出。现在用这种“可以听的指南书”的方式呈现给大家。

在录制过程中，我们依照广播的特点，也是为了能方便大家的检索，每个国别都设定了30到40个小问题，很多业内专家说，认真听完一个国别的节目，应该会比市面上大多数中学顾问的指导都更加专业。这样的评价给了我们很大信心。但我们也深知，留学市场的变化很快，希望大家从这本书中获取到应有的基础信息之后，在下定留学决心出国留学之前，一定要再更新相关院校的申请信息，以能够让自己的留学之路更加顺畅。

最后，祝每一个孩子都能有属于自己的快乐成长之路！

刘兴宇

2018年1月于杭州



美国篇



01 美国高中什么样？

刘兴宇：欢迎您收听专家小讲堂——“焱磊说美高”，节目当中我们为大家邀请到的是北京留学服务行业协会资深专家、火石留学俱乐部的创始人杨焱磊老师。在节目当中，杨老师将和我们一起来分析美国高中申请和就读中会遇到的方方面面的话题。

杨老师，今天我们开始跟大家讲美国高中的申请。这是一个系列话题，我们希望用“系列”的方式，能够使听众朋友对美国高中的了解更全面一些。今天我们先来聊第一个话题。很多学生在“选择到美国去读高中”这个念头刚刚产生的时候，都会面临一个问题，就是美国高中到底是什么样子的呢？

杨焱磊：对，首先我们必须要从中国和美国教育的差别来对比看待这个问题，因为很多家长是在自己对于中国教育的印象或者对美国教育的想象的基础上去思考美国的教育到底是什么。其实这二者之间还是有很大的区别。我给大家举几个例子。比如在美国，学校上课是没有班级的，中国家长会认为孩子在学校是属于几年级几班的，其实并没有，班级的概念只是在入学或者是在寄宿学校分配宿舍的时候有，而平时所有的学生都是“走课制”，老师上课的时候固定坐在自己教室里，学生找到对应的教室上课。这样孩子们有很大的自主选择权。



刘兴宇：这个我想和中国的学校相比，有非常非常大的不同。

杨焱磊：第二个例子，美国学校针对学生的评估，

也就是我们所理解的考试，根本就不是一次期中考试和一次期末考试这样简单，而是多次多种方式的复杂考核。最简单的是按照不同比例构成一个总体考核分数。我拿一个学校举例。在这个学校，评估学生是否完成学习任务：出勤率占到所有考核的10%，随堂作业10次，每次又占5%，合计占到50%，期中考试和期末考试各占20%，这样构成了总体100%的考核比例。除此之外，也会有其他的加分因素，例如学生上课听讲非常认真，积极回答问题，参与了很多讨论以及课后调研，这样就会得到老师的额外加分；相反学生即使考试都是满分，但课堂参与讨论比较少，或者课后调研不够积极主动，这类表现老师都是要给他减分的。而大学最后录取学生的时候，看的是总体分数，其实就是一个学生综合的表现，而不是某一次考试的分数。这是美国学校在考试方面和国内学校的最大区别。

刘兴宇：我觉得您刚刚讲的这两点，其实涉及的是中美教育的核心差别。我们可以用两个名词分别描述一下，中国学校的这种教育方式，叫作“授受”式的教育，老师讲学生听，老师传授给学生什么，学生就接受什么；美国学校的教育方式，叫作“自制”式教育，就像您刚才说的，学生有很大的自主选课权，老师是不动地方的，学生要决定学什么课程、选哪个老师的课程，这就需要更多的自我主动意识在里面。另外一点我





们可以理解为：在整个学习过程当中，要求学生拥有相当高水准的自我管理能力。

杨焱磊：是这样的。我在研究美国教育过程和成果的时候，已经发现了您谈到的这两种教育方式的不同，是源于教育观念的不同。有很多家长问我，怎么才能判断我们自己是自制式还是授受式的教育方式呢？有几个简单的判断标准大家可以参照一下。第一，填鸭式，老师在上面讲，学生听，同时记笔记，这就是明显的授受式。第二，可以判断谁做主角。上课的时候老师在讲，学生在听，不发言或者没有机会发言，更别说讨论，这也明显是授受式。第三，课堂是唯一的战场，几乎所有的教学活动都发生在教室里，一般也是授受式。我曾经在美国走访，经常会看到很多课老师是在森林里、河流边等户外的任何场合进行的，这些明显是自制式教育的体现，它让学生有很大的自主权利。

刘兴宇：刚才您说了课堂上中美学校和学生的差别。除此之外，在学校教育资源的多寡上，两者也有着巨大差距。很多学生初次到美国去访校，亲身体会美国高中气氛的时候，各种惊叹声此起彼伏。他们从未知道，美术教室可以如此的丰富多样，实验设备和教具模型是如此的品种繁多和先进。

杨焱磊：当然是这样的。很重要的一点是两个国家人均占有的教育资源差别比较大。中国的学校大家都知道，学生太多了，一个班级里四五十人以上很正常，重点中学六七十人也不足为奇；而美国人口少，学校是16人以内的小班，正常的师生比例是1:10。在这样的情况下，不管是实验室的设备还是美术、音乐的器材，都是轻而易举可以实现充足分配的。





刘兴宇：在我接触到的很多已经在美国读高中的中国学生中，几乎每个人都和我提到，美国学校对于孩子全面发展的重视程度要远远高于国内高中。比如体育，基本上在美国的高中是带有强制性的，学生必须参加体育运动，不仅锻炼身体，还磨炼学生意志，全面提高学生的素质。

杨焱磊：孩子们都在追逐目标，中国的孩子很累，但美国的孩子其实并不轻松，虽然不用面对书山题海，但有更多方面的挑战需要面对。只不过在 24 小时累的过程中，中国的孩子变成了一个非常会考试的学生，而美国的孩子成长为一个全面发展的公民，这是两个国家在教育成果上非常大的差别。

刘兴宇：今天短短几分钟的时间，听杨老师为我们讲解了中美高中之间的一些差别，当然只是简明扼要地讲了一些核心区别，如美国高中的授课方式，以及对学生全面发展方面的重视。对于每个同学和家长来说，在思考我们自己到底适不适合去美国读高中这个问题上，还是有很多不同的纬度和因素要结合起来考虑。我们在下一期的“焱磊说美高”节目当中，将会请杨老师来详细地给大家讲一讲，我们到底应该如何考量这些因素。谢谢杨老师做客我们的节目！

杨焱磊：谢谢！

02 我适合出国读高中吗？

刘兴宇：欢迎您收听专家小讲堂——“焱磊说美高”，节目当中我们为大家邀请到的是北京留学服务行业协会资深专家、火



石留学俱乐部创始人杨焱磊老师。在节目当中，杨老师将和我们一起分析美国高中申请和就读中会遇到的方方面面的话题。

今天我们要给大家讲的话题是“我是否适合赴美读高中？”这其实是一个很多学生和家长最纠结的问题，怎么判断是不是合适到美国去读高中呢？这要从多个纬度和指标来考虑。我们今天请杨老师——来给大家讲一讲。

杨焱磊：这是一个考虑出国留学的家庭会遇到的首要问题。是否所有的孩子都适合去美国？当然不是。而我考虑是否适合出国上高中，最主要衡量三方面，第一是资金，第二是孩子的英语水平，第三是孩子的自制力和自理能力。在咨询的时候，火石留学俱乐部会用一套评估表来对孩子进行测量，通过表上十条分项最终汇总的综合评价，告诉父母，您的孩子适不适合去美国读书。当一个孩子符合评估测试中的七到八条，我们就认为完全没有担心的必要了，只需再进行少量准备即可以良好的状态出国学习；而如果评估测试低于五项，我们可能会建议家长再花些时间和精力，让孩子准备得更充分一些。

刘兴宇：您能否给我们讲一讲这十条大概是什么内容？

杨焱磊：好的，我为大家逐条解释一下。第一，我们要了解孩子出国读书的意愿，是孩子自己主动提出的，还是家长强制安排的。如果是孩子自己提出的，那就很好，他是在努力争取自己喜欢的事物，会以更积极的心态去面对各种变化，让自己正常的学习和生活不受太大影响。第二，我们通过他有没有主动表达的愿望和表达的准确性去看他的性格。如果他是一个非常内向的孩子，什么都不愿意说，我们就要在他能否成功留学这件事上打一个问号。





刘兴宇：也就是说，孩子的性格属于外向或者内向，也是很重要的考量指标。

杨焱磊：这是我在近两年发现的结果，我们自己的数据显示内向的孩子去美国，无论是生活还是学习，遇到的困难要比外向的孩子更多。所以我们的做法是要和孩子面对面地接触，以确定他到底是什么性格。第三，刚才谈到的英语水平，必备的上课或者交流的水平是一定要具备的。第四，我们要找到孩子非常明显的特质、特长或者特点，哪怕是这个孩子仅仅具备一个爱笑的标签，也意味着他在美国遇到困难的时候我们有办法帮他找到自信，这是我们认为一个比较好的点。第五就是刚才提到的，要有独立性和自律性，学生未来在美国高中面对的是一个完全自由开放的环境，另一方面也是完全放松的状态，有的孩子可能认识不到位，就有沉溺于网游的风险，这是每个家庭最担心的事情，所以申请美高之前我们要知道，孩子对自己的控制力有多强。

刘兴宇：就是要有比较强的自我管理能力和自律性。

杨焱磊：是的，这点对男孩子来说尤为重要。

第六是我们希望这个孩子在就读美高之前，至少有了成型的世界观，并且是正向的。当负面的信息去影响他的时候，他会分清楚，从而控制自己不被负面信息过度干扰，这是我们觉得很很重要的一点。第七，孩子的情绪稳定是常态。如果一个孩子在兴奋的时候难以平静，当遇到挫折的时候，又不能表现出正常的处理能力，会摔东西发泄，或者和父母吵架。在这样的情况下我们不建议他离开父母去面对美国高中的学习和生活，而应该进行一些适度的针对性心理辅导。





刘兴宇：心理建设。

杨焱磊：对，没错。第八是家长在这个过程中的参与度。如果爸爸妈妈的态度总是很忙，根本没有时间和精力花在孩子身上，我们觉得这样的孩子也不适合留学。我们希望在孩子赴美高读书的前一年，家长能够陪在孩子身边，让他知道他才是爸爸妈妈最关心的，以此来营造孩子稳定的安全感。第九是前面提到的经济基础，每一个孩子去美国留学的学费和生活费，加起来大概要 25 万到 40 万人民币。

刘兴宇：是每一年吗？

杨焱磊：对，这里是指每一年。如果是因为孩子出国造成了家庭生活条件的剧烈变化，很显然这项也不会符合。最后一点，规划之后，从时间上或者年级的衔接上，相对来说比较顺畅。



刘兴宇：其实我们听到这十项指标的时候，觉得其中有相当大的部分是对孩子心理层面的评估。这个角度实际上已经成为当下判断一个孩子是否适合出国去读高中的重要风向标了。

杨焱磊：是这样的。

刘兴宇：社会对出国读书的学生有一种误解，就是有钱的家庭，孩子在国内学习不太好，但还想上一个更好的大学，所以把孩子送出去。其实现实根本不是这样的。

杨焱磊：绝对不是。

刘兴宇：我在刚才您谈到的问题上追问一下，有些孩子内向，不爱和人交际，很多家长认为这正是国内教育体制造成的，也许孩子在美国读高中，有了更优质的环境就会一切变好了。这个问题您怎么看呢？

杨焱磊：首先我们要真正剥离学校的环境，去观察和思考是否家庭才是造成孩子性格内向的原因。我们在前一期讲到了“授受”式的教育，发现有很多家长真的认为，孩子听话才是好学生。这样的家庭环境逐渐地会把孩子培养成一个内向的、刻板的性格。这样的孩子，离开了现在的环境，经过一段时间在美国的学习，确实会有所改变；但是有的孩子天性内向，性格如此，也没有必要非要求他们改变。事实上很多科学家、企业家也都是这样的性格。我们把孩子送到美国是为了让他接触更优质的环境，身在其中找到自己的特点，激发潜能，发挥优势，而没必要去让孩子违背天性，非得由内向转变成外向。

刘兴宇：杨老师，我们曾经也接触过一个案例，还是您的学生。他是略微有一点自闭倾向的孩子，但最后我们看到，您





成功地把她送出去了，在国外读高中的阶段这个孩子是有所改变，但和其他的孩子比起来，仍然表现得有些封闭。您给大家解读一下这个案例吧。

杨焱磊：这个孩子也是我们印象比较深刻的一个学生。在选校的时候我们其实做了特别多的幕后工作，第一，要选择寄宿制的学校，并且同住宿舍的环境不要有太多的老外，担心由于文化隔阂，不利于他的性格养成。第二，我们了解到孩子在美国有一位亲属，便果断建议他选择了相同州的学校就读，为了距离他的亲人不要太远，心里觉得有依靠。第三，我们建议他的妈妈一定要每个学期亲自飞到美国去，跟学校的老师开家长会，去了解孩子的近况。第四，这个学校一定要有足球队，因为他很爱踢足球。后来他在学校里踢上了前锋，真的是找到了自信。这些都是我们在选校的时候做的工作，看似是一个普通的选校，其实背后很多的心血是无法被别人看到的。

刘兴宇：孩子们是否适合到美国去读高中，刚刚杨老师讲到了十条评判的标准，如果大家今天有机会把它全部都记下来，您不妨在家里给自己的孩子打一打分。如果没记下来也没关系，我们欢迎大家关注《留学时间》的微信公众号，大家也能够从我们的微信公众号当中看到“焱磊说美高”的详细文字版，看看自己的孩子到底适不适合现在就出去读高中。这其实是一个非常大的课题，需要全家人都坐下来，认认真真理性地来进行分析。非常感谢杨老师今天来到我们的节目做客，谢谢！

杨焱磊：谢谢！





03 理想的时间规划

刘兴宇：欢迎您收听专家小讲堂——“焱磊说美高”，节目当中我们为大家邀请到的是北京留学服务行业协会资深专家、火石留学俱乐部的创始人杨焱磊老师。在节目当中，杨老师将和我们一起来分析美国高中申请和就读中会遇到的方方面面的话题。

今天，我们介绍的话题是出国读高中的时间规划以及流程，也就是我们什么时候要做出这样的决定，什么时候开始进行一些标准化考试的准备，什么时间递交申请，什么时候安排访校，以及我们到底应该在几年级来做出这样的决定，方便和美国的方案进行衔接。今天在节目当中我们请杨老师给出一个比较理想的时间规划流程，方便同学们参考。接下来，我们首先说一说，几年级到美国去读高中是比较合适的，能够很顺畅地和美国的高中进行衔接。

杨焱磊：如果谈最合适的，应该是九年级，也就是学生在中国读完初二之后去美国读书，这个方案不耽误学生的时间。

刘兴宇：也就是说初二结束，到美国去读初三，美国的九年级相当于中国的初三。

杨焱磊：是，这是最佳的时间。如果学生家长资金实力比较雄厚，想再提前一些，其实七年级和八年级都可以。

刘兴宇：最晚呢？

杨焱磊：从我个人角度来看，我觉得应该是十年级。

刘兴宇：十年级，如果十一年级和十二年级才出去，只在





美国读两年，是不是就显得略短一些？

杨焱磊：是的。第一，这样安排显得太仓促；第二，不利于孩子申请美国大学。

刘兴宇：明白了，初二结束赴美读高中是一个比较理想的衔接方案。

杨焱磊：是的。

刘兴宇：我们再来说一说理想的时间规划。一般情况下，什么时间来做出最终的决定比较合适？

杨焱磊：我自己总结了几句话，叫作提前一年申请，提前两年开始考试，提前三年做决定和开始做准备，这是比较理想的。可能大家觉得特别长。

刘兴宇：对，太长了。也就是说如果打算初三出去，那么提前三年，六年级的时候就要做决定。

杨焱磊：对，其实我刚才讲的是最佳效果，很多家长可能在意识到孩子留学问题的时候已经短于三年了。如果错过了这个时间段，我们可以让后边紧凑一些，来弥补这个效果，另外，可能有一些可有可无的环节，在这个时候就只能省略了。

刘兴宇：明白了。

杨焱磊：就像我们治病一样，如果有的时候我们说太晚了，那也得治啊。

刘兴宇：明白，这是比较理想的状态。三年做决定，两年开始考试，一年来递交申请。两年开始考试，是指在离申请两年的时候，开始准备 TOEFL Junior 或者说 SSAT 的考试吗？

杨焱磊：更形象一点的话，我们就拿刚才说的六年级学生来举例。他可能未来要去读九年级，那么从六年级开学到初一

