<<读懂美国高中的第一本书>>

图书基本信息

书名：<<读懂美国高中的第一本书>>

13位ISBN编号：9787214084156

10位ISBN编号：7214084155

出版时间：2012-7

出版时间：江苏人民出版社

作者：欧阳红兵

页数：324

字数：335000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<读懂美国高中的第一本书>>

内容概要

本书详细介绍了美国高中的种类、教学方法、小留学生及移民学生可能遇到的学习、生活上的问题和挑战，最后升学时可能碰上的所有问题，并穿插很多作者亲历的故事，图文并茂，文笔细腻，可读性强。

不仅如此，本书还披露了美国高中教育和美国大学招生方面诸多细节和最新数据，颇具参考价值。作者曾在中国当过高中老师，对中美两国教育有近距离的观察和切身体会，并在书中提出了一些新的思考和独到的见解。

<<读懂美国高中的第一本书>>

作者简介

欧阳红兵，毕业于四川师范大学汉语言文学专业，曾担任中学教师、班主任多年，后在中央电视台等单位从事编导工作。

2007年赴中国驻美国大使馆随任，并带着读初中的儿子求学美国。

在美期间，深切地感受到美中教育的不同、美国高中教育中值得中国家庭借鉴和学习的方面。

历经4年的调查研究，写成此书，希望对国内的家长、教育工作者和莘莘学子有所助益。

<<读懂美国高中的第一本书>>

书籍目录

前言 留美学什么？

第一章 教育新版图：美国高中知多少

第二章 学会选择

第三章 自主学习

第四章 全面发展

第五章 生活课堂

第六章 走近高校

第七章 美国本土的战争

第八章 “高考”来了

第九章 品质先行

第十章 用心一搏

<<读懂美国高中的第一本书>>

章节摘录

美国高校实行宽进严出，符合一定条件和要求的學生，都有继续学习的机会。

但被學生与家长盯上的名牌大学，数量并不多。

美国不少高校的招生办公室里，年年上演百里挑一的残酷戏码，它们的新生名额成了名符其实的金娃娃。

因为高校要“查看一切”的宣言，又因为美国高校对“精英”的传统解读，还因为高校为排名、为声誉、为优质生源而拼尽全力，再加上录取率的一再下降、收生规则的朦胧模糊，升学的不确定性，迫使想上好大学的高中生唯高校的招生标准而马首是瞻，不断调整自己的努力方向，即使希望渺茫，即使只是个梦想，那也要前赴后继，做个追梦的人。

由此，美国高校尤其是名牌大学的招生政策，在很大程度上，左右着美国优秀高中生们的价值取向。

所以，别以为只有中国才有高考指挥棒，美国同样有升学指挥棒。

这二“棒”名字不完全相同，内涵也并不一致。

美国的这一“棒”指点的前进方向更多，涉及的面也更广。

单大学申请材料的准备，就不是学生一个人能完成的。

它好似一场马拉松，孩子是运动员，家长是教练员、营养师、后勤部队、拉拉队，全家人需要戮力同心，焚膏继晷，尽早开始，中途绝不放弃。

而这场特殊马拉松对选手的全方位要求，也注定了美国高中教育不会以高分为惟一目标。

接下来的这两章，咱们就看看美国升学指挥棒的可怕威力，并顺着它指点的方向前进。

首先要关注的，是分数问题。

试问，PSAT、SAT、SAT II、ACT、GPA、AP或IB，外国学生需要的TOEFL成绩，这些哪一项不是分数？

它们好比分量十足的敲门砖，没有理想的成绩，作为世界知名高等学府的美国名牌大学，不可能张开双臂欢迎你。

而下面要说的，不单是这些“砖头”的由来、故事，还会论及其轻重背后的意义和筑造之道。

冲进名校的必备武器——成绩单 理论上讲，高等学府无一不是学术机构，他们挑选学生的首要标准，应该是学术能力，所以高中阶段的学习成绩，绝对是最重要的衡量标尺。

而预测一位青年将来的表现和成就的最好方法，也是看他过去在相似环境中的所作所为。

因此，在申请人递交的诸多材料中，记载其三年多点滴努力的高中成绩单，顺理成章地排在了首位。

无论是考查申请人的智力水平、学习态度、求知欲望，还是上进心、毅力与耐力等，成绩单都是最有效的渠道。

也就难怪所有的招生官员都强调，他们在审查申请人材料时，首重成绩单；在每份材料仅有的不到二十分钟的审查时间中，分给成绩单的也最多。

“我们会录取一位高中成绩优秀而考试分数欠佳的学生，而不是高中成绩不佳、考分高的学生。

”劳伦斯大学（Lawrence University）招生官员史蒂芬·塞韦尔森（Steven Syverson）如是说。

虽说在实际招生过程中，某些高校更看重标准化考试成绩，但即便在这些学校的招生官员眼里，成绩单上的信息也绝对是不可忽略的考量因素。

随着接受通用申请表的高校越来越多，每位学生申请的高校总数也随之增加；而大学因削减经费，无力增聘人手，每位招生官员的审核量大大增加，每份材料的审阅时间相应减少。

工作量如此之大，招生人员必然有选择性地快速浏览，把宝贵的时间花在他们认为最主要的申请材料上。

成绩单就属审阅时的重中之重。

申请人必须把它当作进攻大学的“杀手锏”，从踏进高中校门起就精心打造。

只有这样，才有必要的资本，申请到理想大学。

成绩单“长”啥样？

为什么要从高中一年级起做准备？

<<读懂美国高中的第一本书>>

招生官员到底想从中寻找什么答案？
申请人如何才能拿到一份漂亮的成绩单？
希望下面的叙述能回答这些疑问。

打造完美成绩单 美国高中生申请大学，是在高中第四年级的上半学期，因此这时候从学校拿到的成绩单，是一份记录自己高一至高三学业的编年史。

它列出了学生进高中以来选修的所有课程、完成情况、每门功课的学年成绩、目标学分和实际挣到的学分、三年的平均成绩GPA、年级排名、学校使用的评分体系（ABCDE或4分制、100分制等），甚至还有每学年的出勤记录。

虽每所高中的成绩单格式不尽相同，主要内容不外乎以上这些。

部分招生挑剔的高校，还要求采用“常规申请”的申请人，尽早提供高中四年级上半学期的成绩，审完后才做出最后的录取决定。

当然，被录取、也交了入读订金的学生，必须在高中毕业后、入读大学前，提交自己高中4年学业的完整成绩单。

美国高中根据学制的不同，学生成绩考评阶段的划分也不一致。

反映到成绩单上，某些学校只列出每一学年的总成绩和几学年的平均成绩，而某些学校却详尽地列出每学年所有考评阶段的情况。

比如有全学年分上下两学期（Semester）或一学年三个学期（Trimester）考评的，也有学校全学年分4个学季（Quarter）进行考评。

鉴于美国高中所能提供的丰富课程与学生量身订制的个性化课表，美国高中生的成绩单不可能重样。

学生每学年选修的不同科目、课程难度、相应成绩，三年的成绩走势，都带有明显的个人色彩。

在《多维度评价体系》里，已详细描述过美国高中对学生学业的评价办法。

这套ABCDE的评价体系，细致、严格到记载学生的每一次作业、每一次大小测验。

因此，成绩单既能展现学生的学习态度、兴趣爱好、自强程度，也能反映其学业上的优势与劣势。

它能让招生官员看出，申请人是个什么样的学生，是既聪明又勤奋、还是聪明不勤奋；是积极上进、勇于挑战自己，还是安于现状、得过且过；是科学狂人，还是语言天才。

一位高中成绩为C，SAT高分的学生，往往被名校拒之门外。

因为它们认为这只是一位聪明但并不努力的学生。

相反，一位SAT成绩并不十分突出、但高中成绩在年级名列前茅的学生，却更让挑剔的高校感兴趣。

因为这样的学生往往是课堂里的活跃分子，是推动和促进研究、讨论的深度与广度、提升学术研究氛围的中坚力量，甚至能带动班级的学习激情。

密歇根大学的本科生招生官员西奥多·斯宾瑟（Theodore Spencer）就说，那些手握标准化考试高分、高中成绩却很低的学生，最好到社区大学好好表现，展示出自己可以做到努力学习，然后再向招生挑剔的高校提出申请。

历史即过去，它是无法改变的。

成绩单不可能像突击标准化考试一样，通过短时间的恶补，争取到更亮丽的表现。

因此，判断申请人有没有求知欲，能否承受大学高强度的学习压力，做一名合格的、成功机率高的大学毕业生，成绩单是最好、最有效的预测指标。

前面已提过，虽然大学在招生时只能看到学生高中三学年、最多三学年半的成绩单，但学生一旦被录取，必须向高校提供最终的高中毕业成绩。

如果后一学年或后半学年的成绩下滑太多，高校有理由拒收。

2009年，华盛顿大学（University of Washington）就取消了27名学生的入学资格，因为他们最后一学年的成绩不够理想。

因此，学生在用自己的实际行动撰写高中学业编年史时，需要善始善终，坚守完整的4年。

GPA3.0和大学毕业率 成绩单上的重要信息之一，就是学生的学年平均成绩GPA。

被高校当作衡量参数的GPA，是申请人所有高中课程的平均分，仅靠某一学年或两学年的优异表现，绝不可能大幅提升自己高中4年的平均成绩；仅靠某一门或几门擅长、喜欢的功课，也不可能拉高所

<<读懂美国高中的第一本书>>

有课程的平均分。

因绝大多数高校“常规申请”的截止日期，是每年的2月份以前，高中生用以申请大学的GPA，最多体现自己三年半的学习成果。

学生千万不能等到高中第二年或是第三年，才开始操心自己的平均成绩。

高一时的一个C或一个D，很可能成为美玉上仅有的瑕疵，影响整体的品质。

学生一进高中校门就得从长计议，考虑好哪一年学什么，达到什么水平，能有多高的GPA。

又因美国高中评分体系大不一样，有4分制的，有100分制的，有加权的，有不加权的……因此大多数高校在收到申请人成绩单后，往往要按照自己的方法，重新计算GPA，以使用统一的标准，衡量所有的申请人。

这就带来了新的问题，不同高校采用的计算方法不同，衡量标准也相差极大。

招生严格的高校，只承认学生修完的必修课成绩。

它们会剔除学生成绩单上某些职业和技能培训、体育或艺术方面过多的选修课，仅计算自然或社会科学、英语、数学等课程的平均得分。

别梦想只靠自己拿手的某些选修课拉升GPA。

另外，美国高校处理高中评价体系中加权与未加权成绩的政策也不一样，因课程难度超过普通课而获得的5分，很可能被高校与普通课的4分一样对待。

某些学生较高的GPA，主要凭借选修的AP或IBDP课、荣誉课、强化课，这些课程的“A”，许多高中都采用加权法，算作5分；而最高只能拿到4分的普通课的成绩，却并不出色。

因此，不管学生得了多少个“A”，经过高校的再次计算，最终的GPA很可能不同于高中成绩单上的结果。

要想GPA不在高校的重新计算中“缩水”，最佳办法只能是全面发展，争取选修的所有高中课程都拿A。

美国许多四年制大学对申请人GPA的最低要求是3.0及以上。

也就是说，在4分制的评分标准下，学生所有科目必须拿到B及以上。

有意思的是，3.0这一数字好似带有魔力的分水岭，GPA在它之上和在它之下的学生，升入大学后取得的成就迥然不同。

普林斯顿大学前校长威廉·波温（William G. Bowen）与他人合作，2009年出了一本书，名为《跨越终点线：在美国公立大学完成学业》。

他们通过研究20万大学生的教育历程，有如下惊奇发现：GPA3.0及以上的高中生，51%能从大学毕业，而GPA2.99的高中生里，只有39%能从大学毕业；GPA3.33的学生，大学毕业率为57%，说明得A-的学生，与得B的学生相比优势有限；在SAT满分1600的前提下（只算阅读和数学两部分成绩），GPA3.0的学生中，考到1100分以上的，大学6年毕业率为51%，而考分在800至890范围内的，6年大学毕业率为49%，差别并不大。

需要注意的是，美国大学生的6年总毕业率，不到60%。

这些发现一方面说明，GPA是比标准化考试成绩更有效的预测工具，另一方面也证实，高中成绩能拿到B，说明学生更有可能成为一名合格的大学生，拿下本科文凭。

难怪美国收生严格的大学，如此在意那个魔力3.0。

年级排名和大学的申请 再来说说成绩单上的“名次”。

跟今天的中国学校一样，美国高中也曾经盛行按成绩对学生排名的做法，如今的学生成绩单中，依然保持着“年级排名”这项内容。

需要说明的是，美国高中的排名与中国有三点不同。

首先是没有“班”的概念，只有年级，所以学生成绩单上的排名，是全年级所有学生的大排名。

其次，排名的依据，是学生高中阶段所有学年的平均成绩即GPA，而不是一次或几次考试的分数。

例如，高中四年级上半学期时的排名，依据的是高中第一至第三学年的GPA；高中毕业时学校出具的最终成绩单上，排名依据的是高中4学年的平均成绩。

第三，排名方法多种多样。

<<读懂美国高中的第一本书>>

有按单人排名的，即“年级第一名、第二名、第三名……”（华人较多的加利福尼亚州，某些高中的年级第一名总是华裔学生）；有以10人为一组排名的，如年级前10名，前第二个10名，前第三个10名……有按百分比排名的，如年级前25%，年级前26%至50%……也有美国高中根本不对学生排名，而且这样的学校越来越多。

原因多种多样，有的是因家长们极其反感以成绩论孩子的优劣，有的是学区或学校的PTA集体抗议、施压，有的是其学区就反对这种做法。

笔者儿子就读的公立高中，就不再对学生排名，所以他的成绩单上，学校专门加注了说明。

高校之所以要申请人提交年级排名，就是要找对比的参数，它们希望从申请人高中环境的对比中，看出申请人的突出程度。

那些竞争非常激烈的私立预备高中、公立磁石高中、一个年级几百学生的传统公立高中，即使排名中下游的学生，也会受不少高校的欢迎。

但要是你来自一所普通、人数不多的高中，那最好排名靠前。

美国招生最挑剔的大学，往往强调年级排名，也只青睐年级前几名的学生。

在高校公布的新生指标中，常常见到他们在高中时的年级排名情况。

这也是大学标榜其学术高标准的办法之一。

全美大学招生顾问协会的总裁吉姆·米勒尔（Jim Miller）总结说，随着越来越多的高中取消年级排名，大学被迫降低学生名次在录取审查中的分量。

1993年时，有42%的大学认为年级名次很重要，到2009年，持相同看法的高校只剩15%。

8.3 得分重要，选课也很重要 如图8-3，美国高中生的成绩单上，不只是各科目的最终得分，更详细地列出了学生高中里选修的所有课程名称，它们才是成绩单中最重要的内容。

前面已多次提到，美国教育属于地方自治，各学区对高中毕业的学科、学分要求并不一致，又因高中开设的科目和课程繁多，大多数学生都有机会修到高于毕业要求的课程和学分。

因此，申请人会发现，跟中国的高校不同，美国大学的网页上，往往注明对申请人的高中课程要求：英语几年，数学几年，历史几年，等。

通常情况下，美国高校要求申请人修完的高中核心课程包括：4年英语，3年数学（最好学完代数），3年自然科学，3年社会科学（如历史、政治学），3年外语。

高中选修的课程与科目，除要满足大学的基本要求外，还需要考虑专业兴趣。

高校在审核申请人成绩单时，会有意识地把申请人的专业意向与高中所学课程及相应表现结合起来。

比如，想学医学预科，最好多学高难度的科学课；想学商科、工程，就该学高级别的数学。

如果所在高中已经没有自己能修的课，就到附近的大学或自学更高级别的课程。

招生越挑剔的高校，越是希望申请人在学业上积极进取。

这就是课程难度问题。

先来看看招生最挑剔的高校如何对高中课程的难度分级。

以普林斯顿为例，其招生官员曾经对纽约市著名私立高中的家长和学生们介绍说，他们在考评申请人课程难度时，从高到低分将课程难度划分为1至5个等级。

“1”的标准是，标准化考试即SAT、SAT 成绩中拿到5到6个700分，所有课程几乎全A，4.0的GPA，至少20门高难度课程（他们称作solid，指AP、IBDP或学校能提供的难度最大的课程）。

这里的“高难度”，是相对而言的，需要有对比的参数。

例如，一所学生人数不多的高中只有一门英语课，如果它的学生百分百升入招生挑剔的高校，那这门英文可算作高难度课程；相反，如果仅有75%的学生升入招生挑剔的高校，这门课就不算普林斯顿眼中的“高难度”。

“2”的标准是，5到6个700分，20门高难度课程，GPA至少3.9。

在哥伦比亚大学、斯坦福、普林斯顿、哈佛、耶鲁的申请人中，一半能评上“2”或“3”。

当然，不是美国所有的高校，都用如此严苛的标准，考核申请人的高中学业。

但成绩单上记载的课程难度，反映出考生对自己的要求和挑战程度，在大学招生官员眼中，重要性甚至超过了GPA。

GPA当然越高越好，但如果为了谋求更高的平均分，选上难度较低的课程，比如健美操、厨艺培训等

<<读懂美国高中的第一本书>>

，等于在告诉招生官员，你不思进取。

如果你的高中提供了12门AP课，而你只选修普通程度的课程，很明显你对自己的学业要求并不高。

反之，如果你所在的高中只开设了两门AP，而你已全部修完，你在同年级学生里绝对是极为上进的。

招生官员的逻辑是，高中时都逃避学习压力的申请人，干吗还申请大学？

进了大学，他们能承受高强度的学业负担吗？

有学习的自觉性和自律能力吗？

相对那些勇于挑战自己却只得了B的同学，上述那种只选简单课程的全A生，毫无优势可言。

莱斯大学（Rice University）招办主任安·怀特（Ann Wright）说：“我宁愿看见AP课的一个B甚至偶尔一个C，而不喜欢简单课程里的A。”

所以我们不会单纯根据平均成绩做决定。

这就是我们不仅仅依据GPA做出录取决定的原因。

” 多少门AP课才够？

如果你盯着的是名校，那当然越多越好，多到自己能掌控（也不能全是C或D），多到既不会降低自己的GPA，也不会妨碍自己的课外活动。

那些名校要找的，是既有AP高分、课外活动又丰富多彩的学生。

如果你所在的学校没有AP课，没关系，那不是你的责任，你只需选修能选到的最具挑战性的课。

高校可以从申请人所在高中提供的学校报告中，了解到该学校的课程开设情况。

那些收生严格的高校，早已从多年的招生工作中积累了丰富的高中材料，它们知道哪些高中竞争激烈，课程难度大，而哪些高中的学业相对轻松。

密歇根大学的本科生招生官员西奥多·斯宾瑟（Theodore Spencer）说，招生人员知道，某些竞争激烈的高中的B，含金量超过了其他学校的A。

选修高难度的课程和相应的较好表现，等于在向高校证明，你已经做好准备，你有能力学好大学水平的课程。

但对大多数学生而言，一定要掌握好“度”，既选修了难课，又保证拿到A，这才是最聪明的安排。

不要把能选的难课全都选上，压得自己喘不过气来，成绩也不高，还影响自己的GPA。

学业负担过重，每周7天、每天24小时的“自杀式”车轮战，反映不出学生的智力与统筹安排能力，并不是大学喜欢的学习方式。

画好4年选课图 为了拿到一份漂亮的成绩单，提前合理规划非常重要，这就是“预则立”的道理。

学生自进高中校门起，一拿到学校的课程目录和毕业要求，就应该根据自己的实际情况，描绘出4年的学业脉络，大体选定每年要选修的课程，既保证修够毕业要求的学科和学分，也最大限度地发挥自己的学习潜力，挑战自己的能力极限。

切忌每年到了选课季节，再临时由着兴趣爱好，随意挑选课程。

美国高中开设的丰富课程，让学生学业上的自由发展成为可能，同时也极大地考验着学生的自律和自强精神。

这种只有基本底线、上不封顶的学业要求，缺乏督促机制的高中教学模式，对学生个体、学生家庭环境有极大的依赖性。

那些家长期望值高、管教严格，自身又有极强求知欲和上进心的学生，没有“吃不饱”的时候；而那些家庭环境不够好，父母忙于生计而顾不上子女教育、自身也缺乏学习动力的学生，往往“吃不了”甚至“不想吃”，这样的教学环境对学生的教育听之任之，让其随波逐流。

对于身心都处于成长期、离不开辅导与激励、鞭策的青少年，家长的角色非常关键。

具体说来，因为学业的连贯性和不同高中对毕业、选课的特殊要求，学生首先要把4年高中当作一个整体，预设大体目标，做到心中有数。

第一步，根据毕业要求，初步筛出要选修的所有高中课程，确保自己能拿到高中毕业文凭：必修科目中修哪些，需要修满多少学分；剩下的选修课学分，可用自己喜欢的哪些课程去修满。

如果只是每年由着兴趣，想学什么学什么，高中第四年级才发现学分不够或必修科目没修完，为时晚

<<读懂美国高中的第一本书>>

矣。

第二步，预设课程难度：筛出的科目中哪些可进攻AP或IBDP，哪些只想修读普通课程。了解清楚学校对AP课的注册要求，如需要先修一年相关的普通课，需要挪出时间，事先安排。比如，有的学校要求，修AP生物，必须先修完一学年的基础生物强化课。因此，学生如希望在12年级即高四选上AP生物，最迟要在11年级即高三选上生物强化课，并拿到C或以上成绩。

否则，即便预先留出了时间，到了高四也只能选上其他课程。

第三步，合理安排、调剂课程难度，制定年度计划。学生需要把自己选定的所有课程，合理地安插进每一学年里，同时还要调剂好课程的不同科目和难度，不能某一学年全是自然科学，更不能某一学年选修课太多，难度不够，而某一学年难度过大，学习负担过重。

第四，做到课时利用上的最优化。在合理安排课程科目与难度的同时，还要顾及每天能用的课时。因为美国高中每一天只有8节课，有的高中还把其中一节课的时间用作午饭，实际上上课时间只有7节。而有些课程一门要占用两个课时，如自然科学（化学、物理、生物）的AP课，都需要加上一节实验课。

如果学生某一学年选上两门自然科学的AP，需占用4节课，余下的三个课时，最多选上三门其他的课程。学生如想修完所有的自然科学AP课，占用的课时相应增加，不一定有时间完成所有的必修课，达到毕业要求。

因此，如何把有限的时间利用好，让自己的4年学业既有量也有质，提前规划非常关键。

有了一份完美的学业规划，只是画好了4年的努力路线图，就好比万里长征的第一步，途中的艰难险阻，仍需要踏踏实实、一步一个脚印去征服。

前面已讲过，美国高中的辅导员在学生选课的过程中，起到的引领作用十分有限，但最终的课表，仍要通过他们的审核。

有些辅导员相对保守，不会批准学生较难的选课要求，他们会一口咬定，你达不到既定目标；也有的辅导员希望学生全面发展，会调整学生文理科目的课程比例，不愿意学生成为数理化的学习机器。还因为他们在衡量学生学习能力时，大都凭经验或印象，对中国来的学生不太了解、或以前带过的中国学生表现欠佳等，都会影响辅导员审核学生的选课要求。

另外，辅导员还会根据学校当年开设的课程和教师的课时安排，调整学生的选课计划。学生除遇上某些课选修人数爆满、只好另做打算的情况外，有时还因课程与教师安排上的冲突，不得不放弃自己早已制定好的学业计划。

比如，学生只能在第三节课选上历史，而学校的历史课全排在了第一、第二节；再如学生原本打算在高二继续选修日语，学校却因经费削减或其他原因，不能继续开设这门课程。

因此，学生的规划也需要根据辅导员的要求和指点、每学年自身和学校的实际情况，做出相应调整。

即便如此，如果手中已有一份4年的学业规划，这样的临时变化，也不会伤筋动骨，导致自己毕不了业。

学生只需把自己原有的计划稍作调整，仍可游刃有余地继续前进。

在选课过程中，学生和家长应及时与辅导员沟通，虚心听取他们的意见。学生要主动争取忙碌的辅导员的帮助，而不能被动地等着辅导员伸出援手。如辅导员认为你某一年的学业负担过重，或科目选择不均衡，如过度强化自然科学而忽略社会科学等，最好听从辅导员的意见，而不要顶撞或一意孤行。

毕竟4年的高中学业，离不开辅导员的监管；申请大学时，辅导员的推荐信是相当关键的加分因素。

.....

<<读懂美国高中的第一本书>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>