



图克斯伯里纪念高中 大学规划指南

Website: COMMON APP

Login: _____

Password: _____

Website: NAVIANCE

Login: _____

Password: _____

Website: FAFSA

Login: _____

Password: _____

Website: COLLEGE BOARD

Login: _____

Password: _____

Website: _____

Login: _____

Password: _____

Website: _____

Login: _____

Password: _____

TMHS 咨询人员

凯南·丹尼尔	顾问	kdaniel@tewksbury.k12.ma.us 978-640-7838 分机号2046
大卫·哈恩	顾问	dharne@tewksbury.k12.ma.us 978-640-7838 分机号2043
蒂娜 谢汉	顾问	tsheahan@tewksbury.k12.ma.us 978-640-7838 分机号2045
克里斯汀·弗朗杜托	行政助理	比照@tewksbury.k12.ma.us 978-640-7838 分机号2048

民权通知

任何人不得因种族、肤色、性别、性别认同、宗教、国籍、母语(或英语以外的语言)、性取向、无家可归或残疾而被任何城镇的公立学校录取或获得此类公立学校的优势、特权和学习课程方面的排斥或歧视。

如有任何疑问, 请联系学校助理总监, 地址 : 139 Pleasant Street, Tewksbury MA, 01876, 978-640-7800。

快进到秋天

八月 Common App 启动:学生开始 Common 应用程序的绝佳机会
在指导人员的协助下进行申请。

九月至十月 职业和大学准备研讨会:所有学生均可参加研讨会。
学生必须提前注册才能参加。

- 论文写作工作坊
- 通用应用研讨会
- 简历写作研讨会
- MEFA 主办的在线经济援助研讨会

九月至十一月 个别学生会议:高年级学生应与学校预约
辅导员讨论开始规划高中毕业后生活所需的步骤。

早期行动截止日期

10 月 15 日

11 月 1 日

11 月 15 日

12月1日

打算申请早期行动或早期决定的学生必须与
他们的学校辅导员并要求他们的推荐信
九月底之前。

大三大学清单

- ❑ 开始使用 Scoir 中的大学搜索工具来研究您可能想要申请的大学。
- ❑ 作为研究的一部分，请密切关注您感兴趣的学校的入学要求。您是强有力的候选人吗？你被录取的机会有多大？我们建议您创建一个包含“达到”学校、“目标”学校和“安全”学校的列表。
- ❑ 了解早期行动/早期决策和常规决策之间的区别。提前行动/提前决定的截止日期为 11 月，可推动整个申请进度。如果您提早申请，您必须在九月底之前与您的辅导员会面。
- ❑ 早春时节，请前往 Collegeboard.org 报名参加 SAT 考试和/或前往 Actstudent.org 报名参加 ACT 考试。大多数大学都可以选择参加考试；但是，如果您不确定要申请哪里，最好在春季参加考试。
- ❑ 通过 Scoir 制定了初步大学名单后，开始参观您感兴趣的大学。参观校园。在食堂吃饭并与在那里上学的学生交谈。在学校上课时参观，感受一下这个地方。
- ❑ 考虑利用暑假开始写大学论文。（有关撰写论文的提示，请参阅第 9 页。）大学论文提示通常在春季通过 commonapp.org 提供。
- ❑ 开始考虑你要请哪些老师来写推荐信。
- ❑ 如果您计划申请“早期行动”或“早期决定”，请报名参加春季 TMHS 的简历写作研讨会，并开始编写您的简历。（第 15 页包含简历样本。）
- ❑ 确保定期检查学校电子邮件。辅导员将通过电子邮件和 Google 课堂向您传达重要信息。

高年级大学清单

- ❑ 符合您正在寻找的标准(例如规模、离家距离、学术专业)的研究型学院。使用 Scoir 列出您有兴趣申请的人员列表。
- ❑ 作为研究的一部分,请密切关注您感兴趣的学校的入学要求。您是强有力的候选人吗?你被录取的机会有多大?我们建议您创建一个列表,其中包括“达到”学校、“可能”学校和“安全”学校,以及公立和私立学校的组合。
- ❑ 写下所有申请截止日期。您有责任按时发送您的材料。
- ❑ 如果您还没有这样做,请安排一次大学参观。游览校园。提出问题。在食堂吃饭。趁学校上课的时候去感受一下这个地方。
- ❑ 如果您决定在申请中包含 SAT 或 ACT 成绩或者您被要求这样做。您负责将它们发送到您计划申请的大学。
- ❑ 开始在 Google 课堂中填写“了解你”问卷。您的顾问在很大程度上依赖于这些信息来为您写一封详尽而准确的推荐信。当您提交后,请让您的顾问知道。
- ❑ 填写你的简历,并将一份副本交给你的辅导员和写信的老师。
- ❑ 正式向您的老师索取推荐信。
- ❑ 如果您没有参加 8 月份的通用申请研讨会,请开始填写通用申请。这很耗时。不要试图在一晚上完成这一切,否则你会犯错误。每天做一点,如果您有任何疑问,请与您的辅导员预约。
- ❑ 如果您申请的学校不使用通用申请表,您需要在该学校的网站上填写申请表。
- ❑ 继续写你的大学论文。完成后,把它拿给英语老师看。寻求诚实的反馈,并愿意在必要时重写它。
- ❑ 如果您认为自己可能想在大学参加体育运动,请与 Harne 先生讨论 NCAA 资格。
- ❑ 感觉不知所措吗?深吸一口气。你可以这样做。如果您需要交谈,请咨询您的辅导员。
- ❑ 不要忘记学习并跟上课程。高年级成绩将邮寄到您申请的大学。

通用应用程序导航

1. 许多学校使用 **Common App**, 但并非全部。搜索您有兴趣申请的大学并将其添加到您的仪表板。如果您想要申请的任何学校不使用通用应用程序,您需要直接向他们提交单独的申请。

2. 签署《家庭教育权利和隐私法案》。在“我的大学”列表中选择一所大学并阅读 FERPA 发布授权。我们建议您签署 FERPA 弃权书，该弃权书允许您的顾问无需您审核即可发布所有要求的记录。放弃审查记录的权利可以让大学知道您不打算阅读您的推荐信，这有助于向大学保证这些信件是坦诚和真实的。

3. 缓慢而谨慎地填写申请问题。纽约大学招生咨询公司 IvyWise 的创始人凯瑟琳·科恩 (Katherine Cohen) 表示：“根据您对之前问题的回答，系统会弹出相关问题。”例如，一旦您选择了想要的专业或课程，可能会出现特定的论文提示。“如果你打算申请工程系，请确保你没有意外地回答了艺术与科学学院的提示，”科恩说。

4. 提前准备较长的答案。对于活动部分、个人陈述和任何写作补充，您最好离线撰写和编辑。一个很好的理由是：通用应用程序没有拼写检查（尽管某些浏览器会提供此功能）。当涉及到活动部分时，请使用各种强大的动作动词并充分利用空间。“很多时候，学生在填写活动部分时没有给自己足够的信任。请务必提供有关您参加的活动、任何领导职位以及您如何产生影响的详细描述，”科恩说。

5. 个人陈述值得花时间。通常，论文是大学听到你声音的唯一机会。虽然第二或第三双眼睛有助于聚焦和微调你的论文，但“我建议学生不要让太多重要的人篡改他们的论文，”圣路易斯地铁学术与古典高中的大学咨询主任查特伦纳德说。“大学希望阅读听起来像 17 或 18 岁声音的论文。论文中的声音往往听起来太成熟。保持声音新鲜，保持它是你的，并拥有它！”

6. 首先列出你印象最深刻的课程和活动。不要按照每天参加的顺序参加课程和课外活动，而是将最令人印象深刻和最相关的课程放在最前面。你有 10 个空间，但“大学希望看到你持续、深入地参与课外活动，所以不要包括对你来说没有多大意义的小型、一次性活动，”科恩说。

7. 尽可能报告您的最高考试成绩。通用应用程序会询问您的测试成绩 希望 报告，让您可以自由地展现自己最好的一面并选择您的最佳分数。但请记住，每所学校都有不同的要求，您需要满足 - 有些大学想要您的所有分数，有些大学想要您的最好成绩，有些大学想要多个分数。由于您一次提交一份申请，因此每次都要编辑测试页面，使其满足相应大学的要求，同时最好地了解您的分数。不要忘记也将官方成绩报告发送给大学。

8. 审核、付款、提交。提交申请分为三个步骤。首先，审查申请。留意论文中的格式问题或课外部分中的截止描述等问题。接下来，使用信用卡、银行帐户路由号码或费用减免支付申请费。最后，签署确认书并提交。您会看到一个绿色的勾号，确认您的申请已提交，但您还应该检查您的仪表板。

9. 与申请分开提交补充材料。如果您的学校要求提供写作或艺术补充材料，您需要在提交申请材料后提交。

大学论文

许多大学要求学生写一篇论文作为入学申请的一部分。这篇文章通常会与你的成绩单、标准化考试成绩、推荐信、面试以及你在申请中提交的任何其他内容一起成为录取决定的一个因素。MEFA 希望提供以下提示供您计划和撰写论文时考虑：

1. 这篇文章的重点是你自己，而不是别人。学院希望利用它来帮助更多地了解您，而不是您的一位朋友或一位亲戚。您是申请入学的人。用这篇文章告诉他们一些关于成绩和考试成绩背后的人的信息。
2. 内容与构图同样重要。让它变得有趣且信息丰富。每年都会提交许多写得非常好的论文，但论文却极其无聊。
3. 不要害怕避免对建议的论文主题采取明显的方法。独立思考者往往受到读者的赞赏。
4. 不要浪费论文在申请的其他部分写有关招生可用的信息。他们会有你的成绩和活动清单。写一些他们不了解你的事情。
5. 伟大写作的关键是重写。因此，写出一份草稿，然后把它放在一边，给自己几天的时间来忘记你所写的内容。当你再回来查看的时候，寻找那些让你放慢阅读速度的地方，那些看起来不合时宜或尴尬的地方。你能通过改变论文的顺序来解决这个问题吗？通过进一步解释？通过添加细节？实验。
6. 如果你仔细想想，论文是申请过程中唯一你可以完全控制的部分。即使该主题是由学院指定的，您也可以完全控制自己希望如何处理它。在开始写作之前，请深入思考您的方法。
7. 当 5 个词足以表达你的观点时，不要使用 20 个词。
8. 一篇有效论文的关键是关注你想告诉读者的信息，而不是故事。通常，学生们过于专注于讲述一个详细的故事，以至于掩盖了重要的信息。
9. 不要使用大多数其他学生也可能使用的通用或陈词滥调的陈述。使这些陈述针对您个人且具体。
10. 确保你的论文是你的作品。随意从家长、老师、朋友和辅导员那里获得反馈，但要把它作为你的论文。当你完成它时，你应该是最自豪的人。

大学词汇指南

ACT(美国大学考试计划): 这是中西部和南部部分地区的主要测试计划。大多数大学都会接受 ACT、SAT 或两者。学生应向他们申请的大学核实。

AP 测试(大学先修课程): 针对在高中期间完成特定学科的大学水平作业的学生的测试。许多大学都会向成绩好的学生授予大学学分和/或高级资格。

副学士学位: 在学院或大学成功完成两年学习课程后授予的学位。

学士学位: 在学院或大学成功完成四年学习课程后授予的学位。

社区/专科学校: 一所提供两年制课程而不是四年制课程的大学。社区学院通常提供职业课程以及许多四年制课程的前两年。

早期行动: 学生在高年级初秋申请学院/大学并于 12 月中旬发送录取通知的计划。申请人不承诺就读该机构。

提前决定: 学生在高年级初秋申请学院/大学并于 12 月中旬发送录取通知的计划。如果被接受, 通常需要承诺参加并撤回所有其他申请。

文科: 研究人文、历史、外语、社会科学、数学和自然科学。文科教育强调一般知识和推理能力的发展。

滚动入场: 录取决定是全年持续做出的。录取通知通常会在 3-4 周内发送。

SAT I: 推理测试: 一项语言和数学技能测试, 旨在预测您在大学一年级期间取得成功的可能性。它旨在衡量能力。许多大学要求 SAT I 成绩。

SAT II: 科目考试: 这是对您特定主题上的知识的更具体的测试。一些大学使用 SAT II 成绩来安排新生课程。很少有大学要求 SAT 科目考试成绩, 但一些竞争激烈的学校会这样做。检查大学的招生网页以确定您是否需要参加。

等候名单: 回复称学生的申请可以接受, 但已达到录取学生的限额。如果有空位, 等候名单上的学生将在 5 月 1 日之后被录取。

财政援助

经济援助的目的是帮助每一位合格的学生支付高等教育费用。学生可以向联邦政府以及他们所申请的学院或大学申请经济援助。经济援助主要分为两大类: (1) 不需要偿还的援助和 (2) 需要偿还的援助。

FAFSA (免费申请联邦学生援助)

所有学院/大学都需要 FAFSA。这是联邦政府的财政援助申请。该申请表可以在学生高年级期间填写。该申请可在线获取(www.fafsa.gov)。学生和家长都必须申请密码。通过电子邮件收到 PIN 码后,可以填写 FAFSA。提交申请后一到六周,学生将收到学生援助报告(SAR)。特区将告知学生他/她的预期家庭贡献(EFC)。这是学生家庭下一年预计缴纳的金额。学生在大学期间每年都必须填写此表格。

CSS简介

许多私立学校和奖学金都需要 CSS Profile 来确定家庭获得机构援助的资格。该表格最早可以在高年级秋季填写。有关 CSS 配置文件的信息,请访问 [CSS简介信息](#)。

机构形式

有些学校可能需要自己的经济援助表格。如果这样做,此表格可能是学校申请的一部分,或者可以在 CSS 简介中找到,或者可以在提交申请后邮寄给学生。

NCAA 规则 and 规定

如果您希望参加一级或二级级别的大学运动, 请在 NCAA 信息中心注册; 表格可在线获取:

<http://www.eligibilitycenter.org>。在 NCAA Clearinghouse 注册后, 请将您的 ID# 提供给 Guidance 中的 Dave Harne 先生, 以便他可以发送您的成绩单。

随时通过电话或电子邮件联系大学教练, 但请注意, 他们无法在大三结束后的 7 月 1 日之前给您打电话。考虑参加您可能感兴趣的大学的训练营, 并让教练知道您将参加;

教练可以:

- 向您发送运动或运动营手册、NCAA 教育信息和调查问卷。教练也可以接听您打来的电话, 只要费用由您承担, 但如果您在应答服务上留言, 教练就不允许给您回电。

教练不得:

- 打电话给你。
- 向您发送任何书面招聘信息。

NCAA 招募指南, 非正式访问:

- 你可以使 [非正式访问](#) 到大学校园。
- 您还可以收到最多三张大学体育赛事的免费门票。
- 您可以与大学教练交谈, 但这必须在校园内。

大三从7月1日开始

仅当您完成高中三年级的 7 月 1 日或之后, 大学教练才可以在大学校园外亲自与您联系。如果教练与您或您的父母会面并向您或他们说了任何话, 那么这将被视为接触。除了最基本的打招呼之外, 任何事情都是一种联系。

大学教练可以每周给您或您的父母打一次电话。您可以随时给教练打电话。

大三从9月1日开始

大学教练可以向您发送有关他们的体育项目和学校的信息。这可以包括: 媒体指南、日程卡、个性化信件、剪报复印件以及官方大学招生和学术出版物。大学教练将被允许回复您的电子邮件并向您发送电子邮件。

高年级

您最多可以对大学校园进行五次官方付费参观。参观校园的时间不能超过48小时。在高年级第一天上课之后, 您才可以进行正式访问。

马萨诸塞州的入学要求 州立学院和大学

英语	4 门课程= 每学年 1
----	--------------

数学	4 门课程= 课程作业应包括:代数 I 和 II、几何或三角学或类似课程作业。 **高年级数学课程
科学	3 门课程= 课程作业来自:自然科学、物理科学或技术/工程。三门课程必须有实验室工作。
社会研究	2 门课程= 1 必须是美国历史课程
世界语言	2 门课程 用单一语言
选修课	2 门课程= 来自上述学科或来自艺术与人文学科或计算机科学

- 申请竞争性课程或大学的学生应保持严格的时间表,其中包括世界语言、数学和科学的额外课程。
- 四年制公立校园所需的最低加权高中 GPA 为 3.0。如果申请人的 GPA 低于最低要求,则在考虑学生入学时将适用以下浮动比例。

UMASS 新生申请者	
加权高中 GPA	SAT (ACT) 综合成绩
2.51-2.99	950 (20)
2.41-2.50	990 (21)
2.31-2.40	1030 (22)
2.21-2.30	1070 (23)
2.11-2.20	1110 (24)
2.00-2.10	1150 (25)

州立大学新生申请者	
加权高中 GPA	SAT (ACT) 综合成绩
2.51-2.99	920 (19)
2.41-2.50	960 (20)
2.31-2.40	1000 (21)
2.21-2.30	1040 (22)
2.11-2.20	1080 (23)
2.00-2.10	1120 (24)

大学面试

做:

- 在访问之前先研究一下大学。了解每所学校的声誉。
- 提前打电话预约。
- 面试时请携带一系列问题。
- 准备好回答具有挑战性的问题,例如:
 您为什么对我们的学院或大学感兴趣?
 作为一名学生,你会在这里做出什么贡献?
 您面临的最大挑战是什么?您是如何克服的?

- 准备好讨论您的学历、您所修读的课程以及遇到的任何困难。
- 带上写作样本、报纸文章、剪报或其他能展示您才华的物品。
- 展现最好的自己并穿着专业的服装。
- 带上你的成绩单副本。

不：

- 带上咖啡或任何吃的或喝的东西。
- 无精打采或咕哝。
- 忘记或无视您的约会。如果您无法参加面试，请致电重新安排时间。
- 提出可以通过查看学校网站来回答的问题。
- 查看或使用您的手机。将其关闭并放在看不见的地方。

向未来大学提出的问题：

- 大一的平均班级人数是多少？
- 某些课程很难进入吗？
- 提供什么类型的学术建议？
- 你们对 AP 课程给予学分吗？如果是这样，需要达到什么分数才能获得学分？
- 4年住房保障吗？
- 有哪些类型的校外住宿可供选择？
- 学生如何分配到校内住宿？
- 有哪些类型的膳食计划可供选择？
- 出国留学的资格要求是什么（假设他们有出国留学项目）？
- 学生可以在校园内拥有汽车吗？
- 你们提供实习机会吗？有带薪职位吗？
- 提供哪些职业服务？
- 毕业生直接进入劳动力市场的比例是多少？研究所？

简历样本

劳拉·史密斯

6 Pine Street, 图克斯伯里, MA 01876
978-640-5555
l.smith347@gmail.com

客观的
获得新闻学学士学位，以便我可以在报道当地政治的日报工作。

教育
图克斯伯里纪念高中 2025 届
在所有课程、所有学期均保持 A 平均水平的金卡获得者

奖项/荣誉
2018 年图克斯伯里镇退伍军人节论文写作比赛第一名
国家荣誉协会会员，2018-19

工作经验
冰淇淋勺, J.P. Licks, 伯灵顿, 马萨诸塞州 2023 年 6 月至今
● 为顾客提供冰淇淋
● 曾在收银台工作过
● 营业时间内保持店面清洁
销售助理, Target, 马萨诸塞州威尔明顿 2022 年 1 月 - 2023 年 6 月
● 从更衣室重新储备衣服
● 到客服柜台办理退货

志愿者工作
零浪费日 2023 年 11 月、2024 年 11 月
● 在镇上的 4 小时投放活动中收集并整理捐赠物品
● 制作标语宣传该活动并将其张贴在城镇各处
拉撒路之家 2016 年 6 月至今
● 每个月我都会在周六花三个小时对他们的旧货店出售的捐赠物品进行分类和定价，这为圣玛丽教堂筹集资金

课外活动
TMHS 网球队成员 2022 年至今
● 春季每天放学后练习 3 小时
● 2018 年州冠军赛获得第二名
戏剧协会主席 2023 年至今
● 组织筹款活动支持我们学校的戏剧制作
● 在开放日和新生迎新活动期间担任俱乐部大使
学生会秘书 2022-2023
● 参加每周的学生会会议并记录行动项目和讨论
● 参与策划所有全校精神活动，包括返校节和动员大会