

哈佛脆录的女孩:能进大藤离不开这5点

作为高等教育的标杆,哈佛大学是全球学霸争抢的对象,录取总人数2000出头,录取率连续三年跌到3%左右,是申请难度最大,选拔标准最高的美国顶尖名校之一。

2024 Fall,据官方数据显示,包含海高学生在内,哈佛仅录取24名中国学生,堪称凤毛麟角;2025 Fall早申阶段,哈佛的录取更加谨慎,据统计,大陆高中竟无一人拿到录取Offer。

比较幸运的是,高中就读于加州某高中的棕榈种子计划学员S同学,顺利收获1枚哈佛大学的录取Offer!今天,我们邀请到她分享自己的申请故事,并回顾自己的康莱德挑战赛参与经历~

A同学:录取学校:哈佛大学 REA;录取专业:生物化学;标化成绩: SAT 1480;ACT 35

S同学10年级加入的棕榈,是一个超级乐天派的enfj,从小走的每一步都是为了离哈佛更近。她对医学和药学充满兴趣,某次在夏令营第一次真刀真枪地观摩了手术全程,可谓是彻底点亮了理想。

她在棕榈猫头鹰参加康莱德挑战赛的原因,就是源于她的梦想。在竞赛团队中,她担任队长,带领整个团队努力开发出一款“医疗分诊AI”,从患者的角度出发,试图真正解决“看病难”和“看病效率差”的问题。

Q1:恭喜录取哈佛,当时的心情如何?

收到哈佛 offer 的经过挺有趣。我本打算在实验室停车场打开,这样如果被拒绝我就可以在回家路上哭。但那天我提前离开了实验室,不想在家打开,因为那样我的书桌就会成为“被哈佛拒绝的地方”。

最终,我在一家昏暗的 Barnes

& Noble 洗手间里打开了邮件。当我看到屏幕上的彩带和“恭喜”字样时,差点哭出来。那一刻,我感到巨大的释然和难以言表的幸福。

Q2:你觉得录取哈佛的关键是什么?

从性格上来说,我很有进取心,总是精力充沛、行动迅速。我天生好奇,总是渴望学习新知识。我喜欢关注世界新闻,观看深度解析类的视频。我对政治充满热情,阅读了大量相关书籍,目前我尤其关注美国权威主义的兴起。我感觉这些性格和学习习惯都是哈佛关注的一些学生特质。

同时,我也参加了多个竞赛和科研项目。其中我最喜欢的是圣地亚哥科学与工程博览会,我研究了酒精与焦虑的共病以及酒精对青少年压力通路的表现遗传效应,竞赛的话就是在棕榈猫头鹰参加的康莱德挑战赛,在竞赛项目中我担任队长。

Q3:为什么想参加康莱德挑战赛?

我刚从一个夏令营回来,那里我们主要做的是“创新和设计改善医疗领域的工具”。是那次经历激发了我对创新的兴趣,也让我对自己的创造性思维和解决问题的能力有了新的信心。当我的辅导员建议我参加 Conrad Challenge 时,我当时就觉得这非常适合。

Q4:你当时选的是哪个领域的主题?构想和设计的是一种什么样的产品?

我们的团队专注于健康与营养,特别是解决医疗系统中患者分诊的低效问题。

我们意识到,许多患者在寻找医疗服务时会遇到困难,常常面临

隐性偏见、缺乏清晰指导以及难以有效传达自身病史等问题。这些因素导致患者困惑、医疗延误,并影响整个系统的运行效率。

为了解决这些挑战,我们开发的这一款产品叫做 PatientPalAI,是一款由人工智能驱动的医疗助手,旨在通过症状评估、匹配合适的临床医生和预约安排来优化分诊流程。

Q5:参赛过程中有哪些印象深刻的挑战?

有很多难忘的时刻,既有挑战也有收获。

只是中间出了一点小插曲,没想到最大的障碍不是技术和团队沟通问题,而是由于某些原因我们没办法回国参加比赛。最后我们和组委会进行了大量的沟通,他们准许我们以线上的方式进行产品展示。这是一个非常难以逾越的挑战,场面一度比较混乱,但是这简直额外考验了我们的应变能力和沟通能力。

Q6:比赛过程中最有意思的是什么?收获了什么成长?

对我来说,头脑风暴阶段最令人兴奋。思考如何设计一个能在市场上脱颖而出的产品令人着迷。

“哪些功能可以让这个产品在市场上独树一帜?”

“我们如何改进这个功能?”

这些问题不断激励着我。我还喜欢探索如何将我们的想法实际应用,将抽象概念转化为具体可行的成果。这个竞赛的创新性挑战推动我跳出固有思维框架,令人充满活力。

Conrad Challenge 是一次珍贵的学习经历。我培养了出色的管理能力,学会了如何有效协调和沟通,特别是与拥有不同观点和和技能

的人合作。这让我对创业和产品市场推广有了更深的理解,十分具有启发性。

此外,我在公共演讲方面也获得了自信。在不理想的环境下展示我们的想法,教会了我如何在压力下保持冷静和清晰表达。这些技能已经在我生活的其他领域发挥了作用,并且我相信它们在未来也会继续受益。

Q7:猫头鹰的导师们是如何助力你的比赛?

我非常喜欢准备过程中的团队合作,当然这其中也包括和导师的每一次学习交流和沟通。

整个学习过程是循序渐进的,前期学术导师会帮我们打牢我们自选的专项学科的基础。首先是了解深入竞赛的机制和课题,每一场比赛打响之前当然要知己知彼。再之后导师们就会集中密集地传授核心课题内容和竞赛中需要用到的技术了。

我前面说过我最喜欢的就是脑暴环节,这个环节无论是导师还是小组成员都是活跃的、生机勃勃的,导师不会限制我们的任何想法,并常常引导我们去细致观察和主动思考。再天马行空的想象都能找到和技术或者学科知识的交叉点,总有办法落地。比方说,你会观察到很多民生医疗现象,这些都是能刺激我们思考和创新的切入点。

比如我们发现,很多患者在就诊是会出现决策疲劳,根本不知道要挂哪科,走进医院的第一步就是大型“晕头转向”的开始;其次,我们还发现医疗领域有隐形偏见,医生的性别和个性也会无意中影响诊疗结果;以及大家都知道医院常常人满为患,导致病患和医生都疲惫不堪,形成恶性循环.....于是我们

们初步想到能不能用人工智能去解决这个问题,这个时候,我们负责天马行空,导师就一步步把我们引入专业的学术的节奏。

很幸运,导师了解我们每个团队成员的特征和优势,让我印象深刻的一晚,我与导师通话好几个小时,分享想法,提出问题并解决困惑。这些时期我们建立了固若金汤的信任和默契,这段经历真的不止是学术上的成长,更是我一生都难以忘怀的金色时光。

Q8:回到申请,你觉得你的哈佛“申请真经”是什么?

第一件事、不要为了简历而做事,找到热爱的事情去投入。诚实地面对自己的兴趣和热情,专注于真正让你感到兴奋的活动。只有你真正热爱它,才能坚持并取得优秀成果。

第二件事、自律比动机更重要。动力会随着情绪波动,但自律会让你在缺乏动力时依然前进。建立良好的学习习惯和时间管理能力,才是成功的关键。

第三件事、多阅读、独立思考,形成自己的观点。通过广泛阅读拓宽视野,培养批判性思维。了解不同的观点,学会质疑和分析,才能在文书中展示独特的思考深度。

第四件事、不要让学业占据你的人生。保持生活的平衡,学业之外的经历同样重要。与朋友和家人的相处、兴趣爱好和身心健康都会丰富你的生活,提升你的整体素质。

第五件事、为了热爱而学习。

不要把学习仅仅看作应试工具,把它当作探索世界、发现自我、实现梦想的途径。保持好奇心,享受学习带来的乐趣,这种热情会让你在学术道路上走得更远。

李博士 大学入学 规划 \ 指导 \ 咨商

★ 新增高中十年级学生大学入学提早规划 ★

Perrie Z. (RM/IB) Caltech
Naomi C. (River Hill) Naval Academy
Abhinav K. (Broad Run) UVA, Georgia Tech, ...
Rajit M. (Blair) UMD Honors Engineering-CS Dual
Shreya V. (Centennial) UVA Engineering
Quang N. (Damascus) John Hopkins Bioengineering and more

- ★ Early Decision to Dream Schools, Competitive College Admissions for Rising Seniors
Early Decision (ED) program applications are due by October and provide applicants with admissions decisions by December. Multiple skewed benefits exist from such programs that heavily benefit early applicants.
- ★ An admissions boost of +10-70% is given to Early Decision applicants. Yes, you read that correctly. Applicants willing to enter into a legally binding commitment to a school are offered an extreme admissions boost. If accepted, an applicant must attend unless financial hardship is demonstrated. More on this later.

李博士 马州 2025 写作/阅读/数学 夏令营

M & E Academy
 Email: DL@MathEnglish.com 上网报名: www.MathEnglish.com

贺: A.S. 1600 RM J.H. 1590 SP HS W.W. 1580 Blair HS
 G.W. 1580 TJ O.W. 1580 TJ K.B. 1580 Centennial HS

SAT金榜 贺众多学生上榜 资优GT高中、初中、小学请上网查看 上榜心得分享

Early Bird Special : 免费午餐/免费课前课后照护			
第 1 期	6/16 - 6/27	第 4 期	7/28 - 8/8
第 2 期	6/30 - 7/11	第 5 期	8/11 - 8/22
第 3 期	7/14 - 7/25		

PSAT/SAT Prep 9-12 年级	Math/Reading/Writing/Grammar
Blair/IB/Poolsville 资优高中:8 年级	Math/Reading/Writing/Public Speaking *每期教材内容不同,学生可选择参加多期课程 *英文教学包括 Vocab, Grammar, Reading, Writing Skill.
TJ Prep: 8 年级	*反机械式操作的数学教学,重 Problem Solving
Magnet 资优中学: 5 年级	*英文授课,英文将义。上课费用包括所有教材。
Magnet 资优小学: 3 年级	*年级以秋后开学为准。
MAP 3/4/5/6/7/8 年级	*提供免费午餐,课前课后免费照护。
MAP 1/2 年级	

SAT 3月考前冲刺班	SAT 6月考前冲刺班	暑期SAT 周末班
开课日期: 2/8-3/1	开课日期: 5/17-5/31	上课日期: 7/12-8/22
* Math		
* Vocabulary		
* Critical reading		
* Grammar		
上课时间: Sat 1:00-4:00 or 9:00-4:00		

李博士
MAP 英数
写作教材

AP Exam Prep

AP/Honors Tutoring

Online Writing Center

资优课后 数学/阅读/写作

	Mon	Tues	Wed	Thurs	Fri
Gr1			R		M
Gr2			R		M
Gr3	R	M		W	
Gr4	R	W			M
Gr5			M	R	W
Gr6	M	R	W		
Gr7		R	W	M	
Gr8		R	W	M	

Early Bird 报名可享受折扣 + 免费英数评鉴测验 电话:301-251-7014