

外推总结

简述

作为一个经历过兵荒马乱保研时期的七字班，我非常理解学弟学妹们在保研前夕焦虑的心情，所以我想尽可能地分享自己在外推方面踩过的坑，希望能够对大家有一点点帮助，**本人文笔拙劣，所述也不一定全部正确，内容仅供参考，轻喷。**

当我写了几千字后，我发现单凭一个人的总结实在是非常单薄（大家可以尝试找一下机械系出品的**机械系科协推研经验谈.pdf**，该文档做的非常详细，对其他院系的同学也很有参考价值，我这虽然有该文件，但个人确实没有权利分享出来），所以我其实更希望靠这几千字让大家粗略地了解一下外推的流程，知道到底是在怎么操作，然后在阅读的过程中能够**自己去找到相关的信息、网站**，这样或许能弥补本文档内容浅薄的缺点。

目录

第1章 一些可能会忽略的常识.....	3
第2章 时间线.....	5
第3章 夏令营.....	6
3.1 收集信息、选择.....	6
3.2 材料准备.....	7
3.2.1 个人陈述.....	8
3.2.2 推荐信.....	9
3.2.3 成绩单.....	10
3.2.4 成绩排名.....	10
3.2.5 英语水平证明.....	10
3.2.6 获奖证书.....	10
3.2.7 文章成果.....	10
3.3 联系老师.....	11
3.4 机试（笔试）与面试.....	12
3.5 保持自信.....	12
第4章 夏令营后.....	13
第5章 一些零零碎碎的建议.....	14

第1章 一些可能会忽略的常识

首先需要对保研的整体流程有一个大致的认知，完整的保研可以说是分为两个“不相干”的阶段：①**推荐** ②**接收**。

推荐是指获得 **推荐优秀应届本科毕业生免试攻读研究生资格**，简称推免资格；接收是指 推免生均通过“推免服务系统”<https://yz.chsi.com.cn/tm/>填写报考志愿、接收并确认招生单位的复试及待录取通知。教育部的文件希望是上述这么两个完全分开且没什么交集的过程，即先推荐再接收，但在实际执行过程，全国的学校共同改变了这个过程（夏令营、预推免等的存在），其中清华的实际执行过程改变程度尤甚。

在其他且相对“正常”的学校，推荐大概是这么一个流程：教育部在 9 月某个时间下发一个内部文件《关于做好 2021 年推荐优秀应届本科毕业生免试攻读研究生工作的通知》，该文件给每个学校划分了一定数量的推免资格，例如北大 2021 年共有 1580 个，几天之内，北大将这 1580 个名额划分给各院系，例如光华 xx 个，光华教务按照本院的评比方式（GPA、笔试、面试等一个或多个成绩的组合，具体方式由学校或院系决定）上报 xx 个同学的名单，并在院系官网公示，汇总后北大校官网公示。

值得注意的是，清华**几乎不进行这方面信息的公开**，一般公开的形式是，在 9 月初，院系教务打印如下图所示公示名单，对获得“推免资格”的同学进行公示（姓名、GPA 等），粘贴在院系教务办公室门口。但是该文件公布的名单其实只考虑了 **GPA 在 80% 以前、挂科门数符合要求**这两个条件，并没有考虑到教育部下发给清华的推免资格数量限制，因此**理论上**来说，该名单上的同学并非都能推免，但由于**实际情况中**清华的推免资格数量一般够用，所以在六字班及以前几乎没有听说过在该名单上且拿到外校接收（offer）还推研失败的。不过随着出国人数越来越少，笔者认为“80% 就能保研”这句话越来越不准确了。参考北大的公开信息和笔者收集的情况，教育部分配给清华的推免资格数量不会超过 2000 太多（具体数量确实很难估计）

补充：有同学说今年推研政策会有较大变化，所以建议同学们与辅导员、教务老师密切沟通，不要错过相关通知。

系推荐免试攻读研究生资格名单公示

根据《清华大学推荐 2021 届本科毕业生免试攻读博士/硕士学位
工作办法》，经（院）系审核，现将我（院）系申请参加推荐免试研究
生且具备推荐免试资格的学生名单予以公示，公示期为 2020 年 9 月
7 日— 2020 年 9 月 17 日（不少于 10 个工作日）。

名单如下：

1、

学号	姓名	院系	免试推荐综合 成绩（所有课 程）	免试推荐综合 成绩（必修+ 限选）

除此之外，清华在推研过程中的推研资格分配有明显的“内部消化”倾向，即优先满足被本校接收（本系、交叉、支教团等）的同学，一般来说这是符合事实正义的，因为被本校接收的同学 GPA 一般都比选择外推的同学高，而且六字班及之前推免资格用不完，大家最后都有推免资格，没有出现任何问题。但这两年的情况显示推免资格并非那么富裕，所以某些极端情况出现的可能性不再是 0。例如，某系 GPA 前列的 10 名同学不考虑本校，就想外推，结果该系除去保本校同学的推免资格后，仅剩 9 个推免资格作为外推名额，第 10 位同学没能取得推免资格（注：教育部文件规定推免资格不得区分内推或外推，即拿到推免资格后没人能强迫你保本校或外校），当然该情况属于特别极端的情况，但在事实正义不能完全保证的时候，恢复程序正义或许是一个好的选择。Ps：推免资格不区分硕士和博士，接收阶段才区分。

一个实例：2020 年北大信科在 7 月中旬举办了夏令营，北大信科本科的 A 同学参营并获得了优秀营员（其实就是完成了接收阶段），9 月北大公布推免资格时，由于 A 同学 GPA 不好大约 70+%，因此没有获得推免资格，该同学接收阶段成功，推荐阶段失败。而这种情况在清华是一定不会发生的。

对于清华的同学来说，目前为了推荐阶段成功其实没有太多能做的，最好就是不挂科、提高 GPA，不要现在就指望着特批推免资格。

真正需要耗费大量心力、有操作空间的是接收阶段。

第2章 时间线

首先需要对接收的整体流程有一个大致的认知,可以看到主要的过程有夏令营、预推免、九推,这三个过程都需要自己联系老师、准备文书材料等

<https://zhuanlan.zhihu.com/p/112864527>



第3章 夏令营

选择外推的同学**最好能够**在夏令营阶段拿到心仪的 offer，这样就可以暑假躺平，坐等九月推免资格啦。

3.1 收集信息、选择

从 **3-4 月份开始**就应该逐步收集心意学校的信息了，清华的同学一般会考虑这些学校：北大、复旦、上交、浙大、中科大、浙大、南大、中科院等。

以清华一名信息学院的本科生为例，他应该关注北大信科、北大信工（深研院）、北大软微、计算所、自动化所、上交计算机系等十几个院系，从中选取 3 个以上自己心仪、时间不冲突的夏令营计划参加。

以北大信科为例，其夏令营通知会发布在**官网的通知板块**，后续的优秀营员、正式拟录取一般都是在院系官网发布。同学要做的就是时刻关注这些官网、通知，并从官网上收集有效信息：心仪导师的信息、联系方式等

<http://eecs.pku.edu.cn/>



09/09 信息科学技术学院2021年接收推荐免试研究生选拔规则

一、组织工作 学院成立复试领导小组，各单位成立5人以上由导师和博导组成的专家复试小组，设立组长一名，组长应对本组复试的各个环节负责，复试小组设秘书一名，负责复试记录和协调安排相关事宜。二、选拔...

23/07 2020年信息学科优秀大学生夏令营优秀营员名单

北京大学信息科学技术学院于2020年7月17至18日成功举办了信息学科优秀大学生夏令营，本次夏令营共有248名营员参加，获得了“优秀营员”称号，名单如下，序号后带ID姓名所在学校12Y202087729张涵煜北京理工大学...

14/07 2020年信息学科优秀大学生夏令营入营名单（第二批）

因部分报名“2020年信息学科优秀大学生夏令营”的同学放弃入营，现增补以下同学参加本次夏令营，获得参营资格的同学请在7月14日16:00之前通过以下网址确认是否参营：https://www.sjpx.cn/m/85176492.aspx，逾期...

11/07 2020年信息学科优秀大学生夏令营参营通知

北京大学信息科学技术学院定于2020年7月17日—18日举办“2020年信息学科优秀大学生暑期夏令营”活动。一、营员名单经信息科学技术学院学生工作组的认真审核，2020年信息学科优秀大学生暑期夏令营营员名单已经确定。

3.2材料准备

仍然以北大信科夏令营为例

三、申请材料准备清单

1. “北京大学2020年全国优秀大学生夏令营申请表”1份（网上填写生成）；
2. 个人陈述1份（从报名系统中下载）；
3. 专家推荐信（从报名系统中下载）：硕士项目申请者需提供2封，博士项目申请者需提供3封，均需副教授及以上职称专家分别推荐，且密封并在封口骑缝处签字（若无法获得专家签字版，可先不提供）；
4. 本科阶段包含所修全部课程的正式成绩单原件；
5. 本科阶段前两年半成绩排名；
6. 英语水平证明（成绩单）复印件；
7. 获奖证书复印件；
8. 发表文章或研究成果复印件；

说明：1）以上1-6为必须项，7、8两项由考生根据自身实际情况提交。

2）在疫情防控期间，若有需签字、盖章的材料暂时无法提供，如院系排名证明和成绩单原件，可先提交未盖章的材料。

3）须保证所有材料真实有效，若有虚假，取消入营资格。

一般来说夏令营都需要以下材料

3.2.1 个人陈述

这个自己发挥了，可以参考我收集的个人陈述模板，也可以自行检索

附件 2:

武汉大学经济与管理学院

2015 年优秀大学生暑期夏令营

个人陈述

申请类别: ☒ 推免生 ☐ 统考生

姓名: _____ 周 X _____ 申请攻读 学术型专业: 房地产经济学
专业学位类别: _____

请用大约 1500 字介绍你的学术背景、在所申请的专业曾经作过的研究工作、以及攻读研究生阶段的学习和研究计划、研究生毕业后的就业目标等。

个人陈述应由申请人独立完成，如发现是由他人协助完成，将取消申请人入营资格。此页请用 A4 纸打印，可以加页，与其它申请材料一同于 6 月 20 日 之前寄（或送）达我院。

尊敬的教授:

您好！首先感谢您在百忙之中抽出时间来阅读我的这份个人陈述材料！

我叫周菁，是湖南大学经济与贸易学院国际经济与贸易专业的一名 12 级本科生，我非常希望能参加贵校的暑期夏令营活动，成为贵校经济学院的一名研究生。我深知，只有足够优秀的学生才能成为贵学院的学生，因此，我对自己的情况和能力进行了评估。

首先，三年的大学生活，我一直严格要求自己，打下了坚实的专业基础，系统地掌握了计量经济学（92）、微观经济学（97）、宏观经济学（90）、国际贸易理论、国际贸易实务、市场营销、国际金融、基础会计等学科理论；熟悉了外贸函电、经贸英语等专业性极强的语言用法，具备良好的英语听说读写译能力（英语四级 534 分，六级 547 分，托福 90 分）。大学三年我的综合成绩排名年级第三（全年级一共 155 人），获得过国家奖学金，校“三好学生标兵”等多项奖学金和荣誉称号。端正的学习态度和严谨的学习风格在为我带来优异成绩的同时，塑造了我踏实、稳重的性格特点。课外，我积极寻求机会将理论与实践结合，在大二的暑假有幸进入到中国银行邵阳分行的营业部及国际结算部实习，学习开立、审核信用证等银行业务，完善并拓展了我的知识体系。

其次，进入到大三，随着理论知识的深化，我开始将学习重心移向科研方面。在《世界贸易组织概论》课程的学习过程中，我与同学一起以“知识产权”为核心进行中外贸易摩擦的研究，从微观的企业角度挖掘知识产权摩擦的诱发机制，探讨知识产权下外企需求与中

3.2.2 推荐信

同上，一般需要自己写好初稿，然后给老师发邮件说想要他签个字，但是可能会被拒绝或者老师不理你，所以可以先多写几份，同时向 3 个以上的老师索要

注意：有的同学可能平时和老师沟通较少，不知道向谁要推荐信，可以考虑院系内，上过他课的老师（如果该课程成绩还不错就更好了，还可以将之写在推荐信初稿里）

推荐人姓名：	**	职称：	教授/博导	职务：	**
工作单位：	**				
通讯地址：	**	邮编：	**		
电 话：	**	电子邮件：	**		
推荐人签名：			日期：	年 月 日	

请推荐人在此面填写对申请人的推荐意见

Lijiustc 同学本学期正在选修我的《材料分析基础》课程。同时，作为本学院“大学生科研训练计划（URTP）”项目专家组组长，我有机会了解 Lijiustc 同学及其合作者从事大学生科研活动的情况。

作为任课教师，在教学过程中我多次注意到 Lijiustc 同学。一方面，该生上课准时、听讲认真、课后主动与老师进行讨论，表现出积极的求学和上进，给我留下了较深的印象。另一方面，该生在平时作业和实验活动中也表现积极，在所有选修本课程的同学中很突出。通过我的观察和了解，我认为该生学习态度端正、进取心强、很阳光、对未来从事科学研究充满期待和向往，是一个优秀且具备潜力的好学生。

我院提供大二、大三学生的 URTP 计划项目实行“立项论证”、“中期检查”和“结题答辩”等环节。Lijiustc 同学作为课题组长，与另外两名同专业同学合作，从事“具有自动电调焦功能的电湿润透镜制作”研究。该项目在立项答辩中给我留下了较深的印象：参与积极性较高、资料收集和消化能力较好、与指导教授的沟通比较到位、团队合作良好、实验计划适当，等等。

在得知 Lijiustc 同学希望通过贵校“暑期夏令营”活动争取进入北京大学攻读硕士和博士学位后，我完全能理解他的需求和追求。在完成本推荐书前，他先后有 3 次来到我的办公室。通过与他交流，我知道 Lijiustc 同学还在数学建模、数学竞赛等方面较为突出，在我院本年级的本科学生中也是少见的。总之，我对 Lijiustc 同学的总体评价是：好学、认真、踏实、勤奋；数学功底好、知识面较宽、基础和专业成绩优秀、学习能力较强；对科研充满兴趣、具备良好的团队合作精神。

为 Lijiustc 同学写推荐信使我想起了正在北京大学攻读硕士学位的**同学和**同学。**同学是我院 2008 届本科毕业生，目前在贵校信科院攻读硕士。**同学的毕业设计由我指导，当年也参加了 URTP 项目，也是由我指导，甚至推荐免试进入北京大学攻读研究生，我也是推荐人之一。同样，**同学是我院 2009 届本科毕业生，目前也在贵校信科院攻读硕士学位，其 URTP 项目和毕业设计都由我指导，推荐免试进入北京大学本人也是推荐人之一。与**和**相比较，Lijiustc 同学专业排名和数理基础方面突出一些，对课程和项目的关注与投入相对踏实一些，也就是“坐功”好一些。但是，**和**同学的社会活动能力更为突出，在综合能力方面可能更外向一些。三位同学都是我院难得的优秀学生，其共同特质是：踏实、勤奋、动手能力强、适应新环境的能力强、发展潜力大。

综上所述，我认为 Lijiustc 同学具备进入北京大学继续学习深造的基本素质，也期待他能把握好难得的机会，以实际的学业和科研成果，呈现 UESTC 优秀本科生的风范。我愿意推荐他并祝愿他申请成功！

3.2.3 成绩单

自主下载或者打印

3.2.4 成绩排名

这个可以去打印成绩单的机器那里自主打印,或者联系注册中心的老师让她帮你搞定,信息门户上有注册中心的邮箱联系方式

3.2.5 英语水平证明

一般大家都有四六级成绩单,复印即可

3.2.6 获奖证书

这个不用多说,平时需要注意收好

3.2.7 文章成果

这个也不用多说

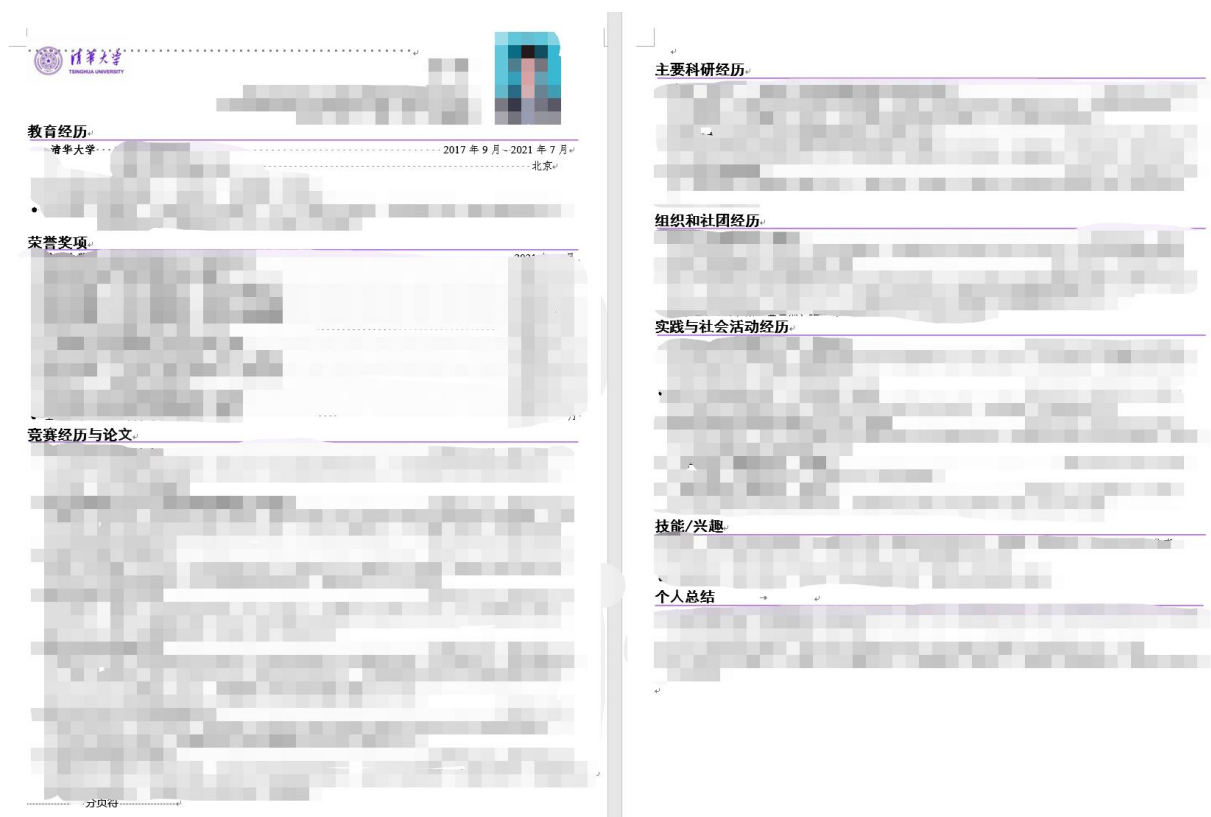
我去年收集了上述一些文书的模板,整理在一起中了。

3.3联系老师

虽然大多数人是在入营之后才开始联系老师，但是我觉得**联系老师是越早越好**，因为如果和老师提前谈妥了，入营、优秀营员是水到渠成的事儿。

而且要谨记联系老师是一个**双向选择**的事情，你可以查询感兴趣的老师的学术背景，通过导师评价网等类似渠道了解其品行，通过对方学校学长学姐了解实验室真实状况等。

在给老师发送邮件之前，最好先制作一份**完善的个人简历**（小白可以上超级简历官网 <https://www.wondercv.com/>制作，大佬就随意了，我是用 word 做的）
简历模板也附在 GitHub 上了



邮件的大致内容可以是：自我介绍（简历内容简述），对老师的“恭维”（研究领域感兴趣什么的），希望能提前进入课题组了解学习，注意礼貌用语。

3.4机试（笔试）与面试

不同院系的夏令营考核形式不一样，需要自己根据要参加的夏令营检索经验贴，例如机考（笔试）考哪些内容，以便提前复习；面试的具体形式（一般来说一个3分钟的英文自我介绍跑不了），这些都需要提前准备。

我想特意说的是，保研是一场信息战，任何一个阶段都需要自己去检索、注意有效信息。

例如

<https://zhuanlan.zhihu.com/p/51277346>

3.5保持自信

很多被迫外推的同学都会有不太自信的问题，我想告诉你的是，只要提前准备，一定能有书读的！你要详细你参加的几个夏令营涉及到数十位老师，总有人有“清北情节”（亲身体会），所以大胆地去联系、去冲！

第4章 夏令营后

其实也有一些院系并没有夏令营环节，例如北大软微，直接就是九月份的“九推”（该院系招收好几百推免生），所以不到最后一刻不要放弃收集信息和尝试。

PS：即使是举办过夏令营和预推免的学校，也会有剩余的接收名额（比如老师被学生鸽了），所以还是这句话，不到最后一刻不要放弃收集信息和尝试。

如果你在夏令营种表现不错，获得了优秀营员（或者其他称呼），那么恭喜你，几乎已经完成接收阶段。你需要确认优秀营员的优惠政策，是不是直接不用九推就能预录取（有些学校的优秀营员没啥用，或者说不是一锤子买卖，比如清华的大部分院系 hhh，可能只能在九推的时候免初审，所以一定要确认好）

顺利的话就是，九月底顺利获得清华的推免资格，9月28日（去年是10月12日）登录教育部推免系统填报志愿（你获得预录取的学校），等待对方在系统中点击接收即可，一般是接收的学校约定好一个时间，例如9.28日凌晨1点前你填报志愿，凌晨2点该学校给你发复试通知，3点前你需要接受复试通知，4点前学校给你发待录取通知，5点前你需要接受待录取。这个流程有点蠢，但一定不能耽搁，否则会功亏一篑。

第二年五六月，对方学校给你发调档函让你去调档案，七月左右给你发通知书。这个过程我刚经历过，清华大学档案馆网址是

http://thdag.cic.tsinghua.edu.cn/docinfo_out/board5/boardlist.jsp?columnId=0010501&parentColumnId=00105

外推同学的调档流程如下：

4.如毕业生办理改派，档案馆按照CDC提供的改派学生名单，将改派学生的就业通知书（白色联）退回CDC。本人无需联系档案馆。

5.档案馆面向校内外单位提供查档服务，但不开具存档证明等材料。存档证明、政审证明、党组织关系转移等事项请与所在院系联系，就业通知书办理、就业改派等事项请与CDC联系，户口迁移等事项请与学校集体户口办公室联系。

(二) 毕业去向为国内深造的毕业生

由院系将调档函（在右上角写明学号、姓名）送交档案馆，档案转递至调档函上指明的档案接收单位。留本校读研的学生不需要转档，无需提供调档函。

(三) 退学的学生及档案滞留的学生

本科生退学，由教务处将转档通知单送交档案馆；研究生退学，由CDC将就业通知书或档案转迁证明送交档案馆；已离校学生滞留档案，由CDC将就业通知书或档案转迁证明送交档案馆。档案馆按照以上材料指明的档案接收单位办理档案转移。

还需要注意推研后不要受处分、清华和接收学校对毕业设计成绩的要求

第5章 一些零零碎碎的建议

对于成绩不太好的同学，我觉得其实可以**拓宽一下自己的赛道**，一项 GPA 指标里面肯定会有倒数 50%，但是它不会阻止你夺得挑战杯一等奖甚至特等奖，也不会阻止你到校外去参加各种各样的比赛、丰富自己的履历

真的要认识到信息获取的重要性！

不要妄自菲薄

院系的老师（SRT、挑战杯指导老师，授课老师）可以成为你的一大助力，除了**签推荐信**外，很多清华老师都有在各个高校任职的同学、合作伙伴，所以有时候外推可以变成一件很容易的事儿：老师给其合作伙伴打个电话，你提前和该合作伙伴沟通一下，直接敲定，随后按部就班参加夏令营走个过场。**不要不好意思！**

笔者的 SRT 老师就在夏令营前告诉笔者：尽管去参加心仪院校的夏令营，万一失败了再去 xx（某华五高校）的自动化他同学那，这个承诺给了笔者莫大的鼓励。

和老师一样，有时候外推的师兄师姐也能成为你的引荐人

推研失败并不是世界末日，出国、考研、工作都是出路

出国笔者不是很了解，但考研的话没有大家想象得那么恐怖，深研院等都是不错的选择。