我是来自镇海中学的 2020 届学生姚嘉洋，现已通过强基计划被北京大学力学专业录取。  
  
第一次选考总体还行，英语 140 物理 100 生物 97 技术 97，但是两门97确实给我造成了很大的困扰 ；导致最后成绩不是非常出色，物理 100 生物 100 技术100 英语140语文 117 数学 137 总分 694 。  
  
高三获得北大A的政策——给予面试加分，最后强基总分89.6158被北京大学力学类录取。

考情回忆：

给予政策

高二高三阶段，甚至高一阶段，清华北大就会开启“抢人大战”，清华的政策分为“优秀”“良好”两档，北大的政策分为“A+”和“A”两档。政策的获取主要依靠平时成绩和学校推荐，像镇海中学这样的学校，每年会向清华北大推荐几十个名额。而被推上去的基本都会被给予政策。而在今年，政策的有无至关重要（清华“优秀”笔试算满分，而清华给予了90多个“优秀”，“良好”具体数据不清楚。北大“A+”50多个，“A”比“A+”少。）

报名与提交材料阶段

北大强基的报名非常友好，招生办来校宣讲的时候原话就是：“只要你是镇海的学生，一定给你通过，个人陈述不会看的，那怕你写‘我想去北大’也没关系。”但个人陈述可能对面试的提问会有一定作用。提交的材料包括历次重型考试成绩及排名、获得荣誉、竞赛获奖、社会实践。强基计划一旦报名就无法更改，所以，最好仔细阅读招生简章，考试科目，结合自己拿到的政策来选择，而选择错误的后果是非常严重的，就比如今年无“优秀”选清华的人，几乎全军覆没。本人当时同一天拿到了清华的“良好”，北大的“A”，而这一天恰恰是强基报名的截止日期，我花了一个半小时的时间才做出决定，也是十分正确的决定。

入围

强基计划的入围人数为实际录取人数的五倍，2020年北大的入围线为680，省排1000名左右。所以说高考千万不能失手得太厉害，毕竟之后几年，高考分数一样会起非常关键的作用。

补充：如果物理数学能有全国决赛银牌，可以破格入围。采用另外一套方案，不计入强基总人数内，但必须比强基计划最后一名高才能获得录取。

笔试：

鉴于今年的特殊情况，北大采用了线上面试的方式，面试成绩几乎就是依靠前期的政策与笔试给出的，所以今年的笔试成绩非常重要。

北大首次采用机考的形式。今年浙江省考点设在诸暨的海亮教育，请注意笔试（9：00-11:00）必须八点半之前进场，不允许自带任何东西，有些考场甚至饮用水也无法带入，所以请各位学生家长要提前在考点附近订好酒店，让家长计算好行程时间，不要匆匆忙忙。  
我的考试科目是数学物理，整场考试分物理（60分钟）和数学（60分钟）。

数学学科非常困难，物理学科则以考查大学竞赛的基础知识为主，如果知道这样的知识，非常简单，如果不知道，则非常困难，有些考点非常冷门，比如布鲁斯特定律，热传导定律等。

 数学

**考试时间60分钟，20道单项选择题，时间非常紧张，全对满分，选错得0分。满分100分。**  
**难度分析：**数学难度总体上来说比高考难很多，组合数学与数论等超纲问题占比不少，所以建议去考北大的同学在数学上要多下力气，系统接触过数论和组合数学的学生在做这两块题目的时候会占有很大的优势。  
考试**建议：**  
树立良好的心态，保持冷静，仔细分析。我当时的第一道题目是较难的不等式问题，我稍作思考后立即跳题，连跳三题后才遇到了一道能做的题目。一开始非常紧张是很正常的，但一定要马上冷静下来。需知这场考试不仅考查实力，也考查心态，心态稳会占很大优势。**切记，把能做的先做，没有那么多时间供你试探与研究**。做题时巧用特殊值法，揣摩出题人的思路，一定有简单选项可以排除，所以要有分析的选答案，因为都是单选，选错不扣，所以尽你所能，连蒙带猜，一定会有好结果。准备时可以反复刷这些年清北复交的三一自招真题，把握住出题风格脉络同时要学会自己归纳与整理，不同题型怎么应对都需要整理分类。  
 物理   
  
**物理的考试时间 60 分钟，满分为 100 分，40个单选。**  
 **难度分析：**  
虽然说有40道题目，但北大的物理对于学过竞赛的学生并不难，只要把一些概念搞搞清楚即可，时间也不是非常紧张。但如果一点竞赛基础也没有的同学，难度就相当大了。光学热学，近代物理的很多内容，还有刚体的运动都不是课内学过的。所以一定的竞赛基础是必要的。

**建议：**  
做题的时候，也是先浏览一遍，把你觉得能做对的先搞定，会做搞定之后，可以自己慢慢琢磨一些你觉得可能能做出来的题目，把这些题选出来。。一些常数最好熟记，虽然北大不像清华那样变态，要求你都背下来。最后剩下的题或许是你连概念都不懂的题，你可以比较选项之间有什么不一样，然后去揣摩出题人的意思。

面试此处不做多谈，今年的面试毫无价值，像是身份核实一样。核实你的成绩、排名。