

先看月份，再看这一阶段要留下什么结果

这是一张推进路线图，不是假设所有学校共用同一天截止。请先写下自己的早申与常规轮日期，再顺着月份完成任务。

姓名 / 代号 : _____ 申请季 : 2026-2027 最早截止日 : _____ 年 _____ 月 _____ 日 (时区 : _____)

本周最重要的 3 件事 : 1. _____ 2. _____ 3. _____

5-6 月	搭好申请底盘	☐ 初定院校 / 专业 ☐ 确认成绩单与推荐流程	阶段产出 院校、轮次、平台、截止日总表
7 月	找到主文书故事	☐ 完成个人素材盘点 ☐ 写出主文书完整初稿	阶段产出 3-5 个故事方向 + 初稿
8 月	核验官方要求	☐ 核对账号与个人信息 ☐ 建立逐校补充题矩阵	阶段产出 逐校要求与文书任务表
9 月	完成第一批文书	☐ 修改并定稿主文书 ☐ 分批写补充文书	阶段产出 主文书 + 第一批补充题
10 月	早申总检查	☐ 跟进推荐与成绩材料 ☐ 阅读最终 PDF preview	阶段产出 可提交版本 + 材料状态表
11 月	提交早申	☐ 保存提交 / 付款确认 ☐ 继续推进常规轮	阶段产出 确认记录 + 常规轮计划
12 月	完成常规轮	☐ 完成剩余补充文书 ☐ 至少提前 72 小时预览	阶段产出 逐校最终提交包
1 月后	追踪 Portal	☐ 确认学校收到申请 ☐ 跟进缺件与后续要求	阶段产出 Portal 状态与后续任务表

日期提醒 : Common App 通常于 8 月 1 日开启新申请季 ; 各校补充题、轮次、截止日与时区必须以学校官网和申请平台为准。

每两周完成一个可验收的结果

从你最早的截止日向前数 12 周。时间不足时可以压缩节奏，但不要省略事实核对、逐校预览与提交确认。

学校 / 申请轮次：_____ 截止日：_____ 年 _____ 月 _____ 日 (时区：_____)

倒推 12 周开始日：_____ 月 _____ 日 每周固定文书时间：_____

第 12-11 周	素材与要求 ☐ 盘点课程、活动、荣誉与家庭责任 ☐ 核验主文书和逐校补充题要求	完成标志 材料盘点 + 文书矩阵
第 10-9 周	主文书方向 ☐ 比较 3-5 个真实故事方向 ☐ 由学生写出可讨论的完整初稿	完成标志 故事选择 + 完整初稿
第 8-7 周	主文书修改 ☐ 补足行动、细节、判断与变化 ☐ 同步优化活动列表与附加信息	完成标志 主文书稳定版
第 6-5 周	补充文书第一批 ☐ 按截止日与题目功能分组 ☐ 完成 Why School / Why Major 等核心题	完成标志 第一批补充题
第 4-3 周	补充文书第二批 ☐ 完成社区、活动、短答与条件题 ☐ 检查校名 / 专业名与一稿多投痕迹	完成标志 全部补充题
第 2-1 周	质控与提交 ☐ 核对内容、事实、字数与格式 ☐ 阅读 PDF preview 并保存确认	完成标志 逐校最终提交包

我的文书任务矩阵

学校 / 项目	题目功能	字数	截止日	素材 / 证据	状态
_____	_____	____	____ / ____	_____	☐
_____	_____	____	____ / ____	_____	☐
_____	_____	____	____ / ____	_____	☐
_____	_____	____	____ / ____	_____	☐

准备一项，勾掉一项

这是一张总盘点表，不代表每所学校都要求全部项目。请在逐校要求中标出“需要 / 不需要 / 未确认”。

申请者：_____ 最后更新：_____ 年 _____ 月 _____ 日 下一次家庭检查：_____ 月 _____ 日

01策略与截止日

☐ 每校学院、专业、申请轮次与平台已确定

☐ 官方截止日、时区与奖学金日期已记录

☐ 早申约束与本人选择已理解

☐ 每所学校都有独立任务清单

02账户、身份与学术

☐ 法定姓名、出生日期与证件拼写一致

☐ 学校、课程、成绩与预计毕业时间已核对

☐ 考试日期 / 成绩与逐校 test policy 已核验

☐ 家庭信息、账户邮箱与恢复方式准确

03活动、责任与荣誉

☐ 活动 / 工作 / 家庭责任的时间和角色真实

☐ 每项描述保留具体行动与可核验结果

☐ 荣誉名称、级别、时间与授予主体准确

☐ 活动排序有明确理由，不依赖空泛形容词

04推荐与学校材料

☐ Counselor / teacher / other 数量符合逐校要求

☐ 推荐人姓名、邮箱与负责学校范围无误

☐ 成绩单、学校报告与推荐信状态已查看

☐ 缺失材料已写明负责人、动作与跟进日期

05文书与附加信息

☐ 主文书由学生本人完成并能解释每个事实

☐ 补充题已按学校 / 学院 / 专业建立矩阵

☐ 活动列表、附加信息与文书事实一致

☐ 字数、题面与条件题是否触发均已核对

06费用与额外材料

☐ 申请费、fee waiver 条件与支付方式已确认

☐ 作品集、简历、研究材料仅按要求上传

☐ 国际申请额外语言 / 财务 / 认证要求已核对

☐ 文件名、版本日期与申请季一致

建议文件夹：00_官方要求 / 01_主文书 / 02_活动荣誉 / 03_学校补充题 / 04_推荐成绩材料 / 05_提交确认。

每所学校单独完成一张，不依赖记忆

复制或打印本页，为每一所学校分别核对。提交后继续检查 Portal；“已点击 Submit”不等于全部材料已经到达。

学校 / 校区：_____ 学院 / 专业：_____ 轮次：_____

截止日：_____ 年 _____ 月 _____ 日 时区：_____ 申请 ID：_____ 提交邮箱：_____

A

学校、轮次与账户

☐

学校、校区、学院 / 专业与申请轮次正确

☐

截止日与时区已从官方页面核对

☐

法定姓名、出生日期、邮箱与申请 ID 一致

☐

账户可长期访问，双重验证与恢复方式可用

B

申请内容与文书

☐

教育、课程、考试、活动与荣誉信息准确

☐

主文书是准备提交给该校的最终版本

☐

每道补充题都回答当前题面且未超字数

☐

校名、专业名、项目名与所有事实无误

C

推荐与额外材料

☐

推荐人数量与身份符合该校要求

☐

成绩单、学校报告与推荐信状态已查看

☐

作品集、简历或研究材料仅按要求上传

☐

缺失材料由谁提交、何时跟进已经记录

D

预览、支付与提交

☐

完整阅读最终 PDF preview，不只看输入框

☐

粘贴文本的换行、字符与截断已检查

☐

申请费或 fee waiver 选择正确

☐

保存确认页、确认邮件与付款记录

E

提交后与 Portal

☐

记录提交日期、时间、学校、轮次与申请 ID

☐

登录 Portal，核对项目、轮次与联系方式

☐

查看成绩单、推荐信、考试和额外材料状态

☐

记录面试、奖学金、Midyear report 与后续更新

官方来源与使用边界

Common App First-year guide · College Board 12th-grade timeline · College Essay Guy application timeline

资料核验：2026-08-09。本工具用于任务管理，不构成录取承诺，也不能替代学校官网、申请平台与申请者 Portal 的最新要求。