

图片/PDF 处理路线·4 阶段进度表

适合：运营/设计/行政 · 参考周期：2-4 天 · 路线：[打开完整路线](#)

阶段	完成	我的证据/产出	卡点	下一步
阶段 1 先把一张图压到目标大小	完成	证据/产出：	卡点：	下一步：
检查点：尺寸/格式/大小要求已记录 / 原图与输出分开 / 放大检查文字/二维码				
阶段 2 批量统一尺寸和压缩	完成	证据/产出：	卡点：	下一步：
检查点：每张 ≤ 目标 / 抽检 3-5 张 / ZIP 文件名对得上				
阶段 3 判断 PDF：文字版还是扫描件	完成	证据/产出：	卡点：	下一步：
检查点：能选中文字 / 扫描件小字/印章可读 / 保留原件				
阶段 4 交付前检查	完成	证据/产出：	卡点：	下一步：
检查点：顺序/页码正确 / 邮件附件不超限 / 客户能打开/打印				

内容运营路线·4 阶段进度表

适合：内容/自媒体/品牌 · 参考周期：1-2 周 · 路线：[打开完整路线](#)

阶段	完成	我的证据/产出	卡点	下一步
阶段 1	☐	证据/产出：	卡点：	下一步：
选题：从真实问题开始	完成			
检查点：受众/问题具体 / 有一手来源 / 不写未验证结论				
阶段 2	☐	证据/产出：	卡点：	下一步：
标题：3 秒说清人群和结果	完成			
检查点：正文能兑现 / 至少 3 版 / 不堆无关热词				
阶段 3	☐	证据/产出：	卡点：	下一步：
脚本/图文：能拍、能读	完成			
检查点：每句能落画面 / 前 3 秒有冲突 / 删掉过渡废话				
阶段 4	☐	证据/产出：	卡点：	下一步：
排期与复盘：持续交付	完成			
检查点：不超过产能 / 每条有数据 / 下周只改一个变量				

电商上架路线·4 阶段进度表

适合：运营/店主/跨境 · 参考周期：3-7 天 · 路线：[打开完整路线](#)

阶段	完成	我的证据/产出	卡点	下一步
阶段 1	☐	证据/产出：	卡点：	下一步：
标题/类目：先能被搜到	完成			
检查点：类目/属性一致 / 核心词前置 / 无无关热词				
阶段 2	☐	证据/产出：	卡点：	下一步：
主图/详情：先让人点，再让人信	完成			
检查点：第 1 张讲结果 / 承诺与实物一致 / 手机可读				
阶段 3	☐	证据/产出：	卡点：	下一步：
价格/利润：别卖一单亏一单	完成			
检查点：佣金/运费/退货入账 / 活动价为正 / 划线价有依据				
阶段 4	☐	证据/产出：	卡点：	下一步：
SKU/上架/跨境：交付前检查	完成			
检查点：SKU 无重复 / 库存/表格正确 / 本地化无直译错误				

求职转行路线·4 阶段进度表

适合：求职/转行/应届 · 参考周期：1-2 周 · 路线：[打开完整路线](#)

阶段	完成	我的证据/产出	卡点	下一步
阶段 1	☐	证据/产出：	卡点：	下一步：
拆 JD：先知道对方要什么	完成			
检查点：必须项/加分项分开 / 每项有证据/缺口 / 不编经历				
阶段 2	☐	证据/产出：	卡点：	下一步：
简历：把职责改成证据	完成			
检查点：一页内 / 动作/对象/结果或待填 / 无无法解释数字				
阶段 3	☐	证据/产出：	卡点：	下一步：
面试：准备追问，不背答案	完成			
检查点：每条能讲 2 分钟 / 能答二次追问 / 没有的数字标待填				
阶段 4	☐	证据/产出：	卡点：	下一步：
Offer：统一口径再比较	完成			
检查点：税前税后统一 / 关键条款书面确认 / 不被单一数字锚定				

更新时间：2026-10-29 · 进度表是练习工具，不承诺收益/录用；平台规则以实际页面为准。