

攀登计划

胡钊阳

清华大学

重庆南开中学

<https://github.com/zhaoyanghu2008/nkphys/>

2025 年 12 月 19 日

目录

1 简介	1
1.1 学物理	1
1.2 转工科	1
1.3 其他	1
2 备考	1
3 上大学前	2
4 大学	2
4.1 选课	2

1 简介

每届招 60 人，分两个班，需要高考过特控线（2025 年重庆物理类是 498 分）

之后的出路可简单分为学物理和去工科，少部分会去数学等方向，去工科一般在大二下去确定具体方向和修对应方向的专业课，如果不太摆烂提前做好规划的话是可以保研的。

1.1 学物理

学物理：(i) 国内：物理系，天文系，清华高研院，校外（如中科院、北京大学等）；(ii) 出国

1.2 转工科

去工科应用类

1.3 其他

例如去学数学

2 备考

这个显然无需过多赘述。但是四大力学和数学物理方法还是推荐学一遍。如果学有余力且精力十分充足以及基础（普物和四大）很扎实，可以考虑宇宙学，广相，固体物理，高量，量子场论等课程，但我觉得没有太大必要专门花力气去学，虽然现学现考很可能会考里面的内容。最重要的还是保持一个好的做题手感和一个正确的心态。

3 上大学前

如果是想学物理的话，过攀登到大学入学这段时间是很珍贵的，如果你有一个相对不错的四大力学和数学基础的话，可以直接进入高阶内容（如 GR、QFT 等）的学习，具体的事项我计划在另一个文档中列出，此类内容网上应该也有一些，例如 Gerard't Hooft 的网站<https://goodtheorist.science/>。可以看仓库里“攀登计划”文件夹中的开课目录，可以先想想大一上应该上什么课。

4 大学

4.1 选课

在低年级时你选的课应该是**服务于你当前的需求**（无论是学物理还是去工科），其次才是契合培养方案，培养方案只需要在毕业修完即可。本科指导性教学计划仅在选课系统中有区别（除大一上以外）区别在于选课属性，选课属性的差别仅在于预选阶段的优先级。