



浙江大学 物理学院
SCHOOL OF PHYSICS
ZHEJIANG UNIVERSITY



本科生学生手册

(第一版)

浙江大学物理学院 编
2024 年 9 月

目录

一、学院概况	1
1. 物理学院官网	1
2. 物理学院公众号	2
3. 物理学院 CC98 论坛	2
4. 辅导员黄页	3
二、学业指导	4
1. 培养方案解读	4
2. 选课介绍	6
3. 形势与政策 II 介绍	7
三、二三四课堂	9
1. 课堂概况	9
2. 申请与审核	10
四、国际交流	11
1. 暑校及对外交流项目	11
2. 海外申请研究生相关流程	11
五、奖助相关	16
1. 资助对象教育实践项目 (NSEP)	16
2. 助学金	17
3. 相关补助	18
4. 评奖评优	19
六、学生组织和社团	21
1. 组织与社团介绍	21
2. 特色项目	21
七、竞赛和科研训练	22
1. 竞赛介绍	22
2. 科研训练	22
3. 研究所介绍	24
八、推免相关	25
1. 相关文件	25
2. 时间轴	27
九、就业引导	29
1. 三方协议签约	29
2. 毕业去向登记/就业方案确认	30
3. 重点单位名录	31

一、学院概况

浙江大学物理学科起源于 1928 年，王淦昌、束星北、吴健雄、程开甲、李政道、胡宁、胡济民、卢鹤绂等著名物理学家先后在此工作与学习，为物理学科的发展做出重要贡献。2022 年 3 月，浙江大学建设物理学院，首任院长由中国科学院院士林海青担任，物理学科进入了一个全面建设与发展的新阶段。浙江大学物理人始终秉承“求是创新”的校训，坚持立德树人的理念，致力于做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子，开展物理学及其交叉学科的前沿研究。目前，物理学院拥有教职工 154 人，其中教授 58 人，中国科学院院士 6 人、国家杰出青年基金获得者 13 人、教育部长江学者 7 人、国家级青年人才 32 人，以及教育部跨世纪人才/新世纪人才 10 人等国家级人才，在校生近 700 人。



图 1 浙江大学物理学院组织机构图

1. 物理学院官网

<http://physics.zju.edu.cn>

物理学院官网主要分成“学院概况”、“师资队伍”、“科学研究”、“本科生教育”、“研究生教育”等板块。

学院概况：物理学院的简介、组织机构、历史与办事指南。

师资队伍：物理学院的师资情况，可以查询到物理学院的老师的研究方向和联系方式。

科学研究：物理学院科研进展、科研机构，以及各项学术活动，可浏览学术报告通知。

本科生教育：本科生有关的教育教学活动。

研究生教育：研究生有关的教育教学活动。

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

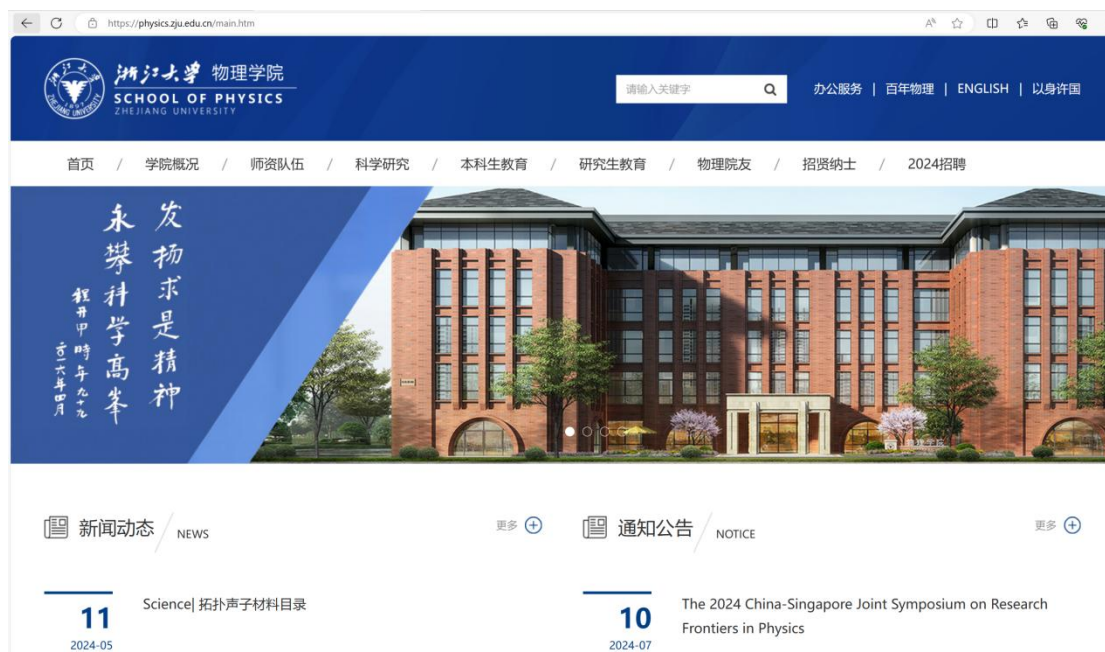


图 2 浙江大学物理学院官网

2. 物理学院公众号

ZJU 格物致理



图 3 浙江大学物理学院公众号

有关物理学院的各项活动、新闻报道会在公众号上发布，欢迎同学们报名各类活动，关注学院动态。

3. 物理学院 CC98 论坛

“格物致理”是物理学院在 CC98 论坛中专属的版块，在这里可以找到期中期末考前需要的历年卷（不保证有），一些学习生活上的经验，以及各类有用的信息。

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子



图 4 CC98 格物致理版面

★ 浙江大学CC98论坛章程	98站群组	66万	8	CC98公告/21-04-20 10:37
★ 【置顶】物理学系新资源楼(新)的十年, 新的征程 物理系课程历年资料整合 1 2 3 4 5 6	雨申...残燕	525	55	寸劲开天/24-04-27 15:15
★ 物理系版FTP服务器与书城上线公告 1 2 3 4 5	雨申...残燕	3191	44	雨申...残燕/24-01-18 14:43
★ 【置顶】-物理系学习资源楼-♥-(课件【考试范围】电子书 前辈经验等) 1 2 3 4	alaholdona	771	36	时的轮/21-09-23 18:10
④ 保研联系老师	hysu	352	4	hysu/24-06-20 00:44
④ 学院制作新生手册的Q&A中 问题征集环节	寸劲开天	309	1	亮阳/24-06-17 18:19
★ 成为一名物理研究者的路 1 2 3 4 ... 13 14 15	phymen	377	145	日上/24-06-17 10:49
④ 【求助】新生想考物理 1 2	mianbizhe	502	12	Gabriel/24-08-12 15:52
④ 新闻 李政道先生逝世 1 2 3 4	mrs504aa	1645	34	MetaPhys/24-08-05 23:09
④ 物院的生活 1 2 3	N J alvest	1281	20	魂死路随/24-08-05 00:27
④ 求助大家保研相关问题 1 2	一做九篇毒	940	10	midking/24-08-03 23:57
④ 求问学长学姐博士中期考核考试的难度	中途旅客	666	6	胖ah/24-08-03 23:30
④ 23-24力学&电磁学相关回忆卷 (求科基)	黄道婆	128	0	黄道婆/24-07-31 21:53
④ 中国科学院上海分院夏令营 1 2	故事新编	628	11	故事新编/24-07-25 23:56
④ 观北大理论物理研究所夏令营入营名单 1 2 3	故事新编	1807	25	魑魅/24-07-19 12:58
④ 求问张德龙老师课题组情况 1 2	糖 J 面	894	14	mrs504aa/24-07-18 17:49

图 5 CC98 格物致理版面帖子

4. 辅导员黄页

在竺可桢学院和丹青学园的官网上可以找到不同班级对应的辅导员，以及不同辅导员的职责分工，竺可桢学院官网为 <http://ckc.zju.edu.cn>，丹青学园官网为 <https://dqxy.zju.edu.cn>。物理学院本科生与研究生共有 2 位辅导员，可在物理学院官网找到辅导员简介，物理学院辅导员官网为 <http://physics.zju.edu.cn/xjg/list.htm>。

二、学业指导

1. 培养方案解读

培养方案主要分为一、二、三、四课堂四个部分。我院只有物理学专业，但理科班和强基求科班的培养方案不完全一致，接下来将介绍两者的共同点以及不同点。培养方案每年会有所调整更新，不同年级有所差异，本文所列仅供参考，具体请关注学院最新通知。

(1) 共同部分

通识课程是第一课堂的重要组成部分，一方面为同学们以后的专业课学习奠定基础，另一方面也为同学们探索兴趣、全面发展提供了重要保障。通识课程主要分为思政类、军体类、外语类、自然科学通识类、计算机类、创新创业类、通识选修类。

① 思政类

思政类课程主要包括我国和中国共产党的历史以及在历史中产生的重要思想，能够增进大家对我国和中国共产党的理解，帮助塑造正确的人格与三观。主要包含七门必修课和一门选修课。思政课一般会由学院统一预置，但是思政课的学习并没有很强的前置要求，因此大家可以根据自己的需要进行选课时间的安排。

② 军体类

军体类课程包括军训、军事理论、六个学期的体育课以及最后一个学年的体测与锻炼课程。其中，大一学年的同学还要额外修读身体素质课。我校有多种多样的体育课程，同学们可以根据自己的兴趣爱好进行选择。

③ 自然科学通识类

自然科学通识课是通识课中占比最大，难度最高，最能拉开差距的课程。同时，自然科学通识课也是大家以后进行专业课学习的基础，十分重要，务必认真学习。

④ 创新创业类

这类课程需要大家在课程号中带有 P 的课程中选择一门修读，主要起到引导的作用，有志于自主创业的同学可以选择进一步选修创新创业类专业课程。

⑤ 通识选修类

这类课程含有丰富多彩的内容，同学们可以根据自己的个人兴趣爱好进行选择，一共需要选修 10.5 学分的课程。这一类课程溢出的学分可以记作个性化学分。请注意，通识选修类课程中，至少要修读一门“**通识核心**”课程和一门“**博雅技艺**”课程，建议尽早修读，这两类课程选课难度较大。另外作为理科学生，在“中华传统”“世界文明”“当代社会”“文艺审美”四类中至少需要修读两门课程。

⑥ 其他

同学们需要修读至少一门带有“美育”和至少一门带有“劳育”认证的课程，就劳育课程而言，学校会在每年的暑假期间开设针对物理学院学生的劳育课，不必担心选不到课的问题。同时我们还需要注意美育认证的课程，这类课程在通识选修课程中有许多，也可以考虑选择美术相关专业的专业课。大家可以根据自己的兴趣、选课难度、需要等多方面权衡选择

(2) 强基物理及求是科学班

① 外语类

外语类课程主要包括英语水平测试（小语种水平测试）以及外语课。这里的外语课指的是课程号带有“F”的课程，一共需要修满**四个学分**。其中，英语水平测试为1学分，选修课程3学分，大家只需要在大学四年中修读一门语言课程即可，大部分选择为修读大英三/大英四，也可以根据自己的爱好修读其他外语课程。

对于英语水平测试（水测），如果能够在六级中取得**笔试 550 以上且口试达到良好及以上等级**，则可以申请免测，因此好好准备六级是很有必要的。

温馨提示：英语水平测试（水测）十分重要，不加准备一次性全部通过是有难度的，物理学院以往的案例警示同学：有学长由于水测没通过导致失去保研资格，不仅不能按时毕业，而且会倒扣下一届的保研名额，占用下一届的资源，于己于学院都是极大的损失。

② 计算机类

计算机类课程只有一门程序设计基础与实验，在之后课程的学习中，有许多课需要用到编程，这门课是后面学习的基础

③ 专业选修课程

按照培养方案上标明的课程要求修读即可。

(3) 理科实验班

① 外语类

外语类课程主要包括英语水平测试（小语种水平测试）以及外语课。这里的外语课指的是课程号带有“F”的课程，一共需要修满**六个学分**。学校会根据大家的高考英语分数与开学前英语水平测试的成绩在第一学期为大家预置大英三/大英四。对于预置大英三的同学，一般选择修读大英三和大英四；对于预置大英四的同学，一般可以选择一门第二外语课程，如果担心第二外语课程难以选中或希望轻松一点，也可以考虑选择英语口译等外教课程。

对于英语水平测试（水测），如果能够在六级中取得**笔试 550 以上且口试达到良好及以上等级**，则可以申请免测，因此好好准备六级是很有必要的。

温馨提示，英语水平测试（水测）十分重要，不加准备一次性全部通过是有难度的。案例警示：往年出现过由于水测没通过导致失去保研资格，不仅不能按时毕业，而且会倒扣下一届的保研名额，占用下一届的资源，于己于学院都是极大的损失。

② 计算机类

计算机类课程总共需要修读两门课程，其中一门为必修课程，为《人工智能基础（A）》，学分为两学分；另外一门课程需要同学在《C 程序设计基础及实验》，《C 程序设计基础》，《Python 程序设计》三门课程中选择一门修读。

③ 专业选修课程

理科实验班的同学需要在“物理学方向”或者“应用物理学方向”上修读四学分的课程，具体课程内容参考培养方案。

具体培养方案请登录 <http://zdbk.zju.edu.cn/> 进行查询。

2. 选课介绍

(1) 预置课程和推荐课表

每个学期在选课正式开始之前，学校会先为每个同学选一部分课，称为预置课表，这些学校选上的课和我们选课时选上的课没有任何区别，可以随意操作（可进行退选，换老师等等操作，但是无特殊需要建议不要更换）。

在每个学期即将结束时，学校会发布推荐课表（教务管理平台可以查询），大家可以参考推荐课表进行选课。注：有些课程名字相近甚至相同但适用专业、大类不同，请在选课时务必核对课程代码，以课程代码为准。

(2) 选课轮次

选课共分为四轮，其中第一、第二轮选课在前一个学期的期末，第三轮选课在本学期开始时，第四轮选课在每个学期上半学期（春学期或秋学期）即将结束时，前三轮选课在选课阶段是没有区别的，第四轮选课只能选下半学期（夏学期或冬学期）的课程。

(3) 选课流程

1. 浙大实行的是类似于彩票系统的“选课+筛选”的制度，不需要提早准备抢课，但请在选课截止时间前仔细检查；同时，请务必多选课，选到不能再选为止（尽量填满课表，因为很有可能掉很多课，系统一般选课越多，选上的课也越多），不是所有课都能选上，选的少的人，很有可能最终选上的更少，不利于后续修读。

2. 大一秋冬学分上限为 30 学分，大一春夏开始调整为 35 学分（24 级开始），（竺院和辅修的再加五分）注意：之前有为了最大限度的多选课，可以把学分大的课放到最后选比如已经选了 29 学分，可以再选一门到 29+3，现在这个操作被 ban 了！

3. 补选

在第二、第三、第四轮选课结束后，可以进行补选申请，补选申请可以申请选择容量已满的教学班级。学校会根据任课老师审批情况、教室容量、课程容量等因素决定是否同意补选。注意：根据实际情况，有些课程会在原本的基础上进行扩容以容纳补选的同学，尤其是通识必修课程与专业课，请大胆补选。有些课程（如体育课）为了让大家尽量补选上，可能实际选上的教学班与申请的教学班有所区别。

4. 低分定点选课

由于学校的选课系统是筛选制的，为了防止有些同学运气不佳选不上课，学校设置了低分定点选课制度。低分定点选课一般在每学期开学初（具体时间请关注教务网通知），此时已选上学分小于等于 22 的同学（有辅修专业的同学为 27 分）在低分定点选课期间可以直接对还有容量的课程进行选课操作，先到先得，选满为止。现在选课+补选+低定的学分和在一起计算选课学分上限，补选申请占用学分上限，推荐先低定再补选（因为低定要拼手速）。

5. 冲突选课与免听

在进行补选操作时，我们可以选择上课时间冲突的教学班，这时会有一个班无法到课，我们就要进行免听的申请。申请免听后，仍然需要上交课程相关的作业，平时点名将不计成绩，点名的平时成绩将融入到其他内容如考试、作业中。注意：不是所有课程都允许申请免听，因此在进行冲突选课之前，请务必确保至少有一门课程可以免听，否则后果将自行承担，请审慎考虑。

6. 建议学分：25-28 学分为宜，根据个人水平增减（指最终学分，不是选课学分），学分不要过多，会加重学习负担和学费（1 学分 120 元，不便宜，所以请认真对待你的选课）负担，同时会影响修读的质量，不建议大一秋冬学期就修读 30 学分，一方面会很累，另一方面会占用社团、自主学习、同学团建、陪对象出去玩（如果有的话，坏笑）的时间，不利于全面发展；不要为了凑学分选一堆没有必要的课！

(4) 必选课程注意事项

- 1.大一（两个学期都是）务必选则体育课+身体素质课，单纯选体育课无效，必须后面补齐；选体育课时请看清楚上课校区，不要选到其他校区；
- 2.美育课和通识核心课选上不容易，尽量从大一就开始选；
- 3.认定型学分可以一课两用，其中劳育课、创新创业（认定型模块，50多门课）等不着急，一般培养方案上后续有课程/实习/实践可认定劳育；
- 4.通识课注意课程类别，修读时符合培养方案上的要求，否则浪费学费；
- 5.四史不一定要在大二学，放在大一修读也是可行的，尽量每年都选，选上也不容易；
- 6.优先选学分高、时间长的必修课程和实验课（或其他有场地限制的课）

3. 形势与政策Ⅱ介绍

《形势与政策Ⅱ》是全体本科生的必修课程，修读时间为第二、三、四学年，在本科毕业前的春夏学期，经学院（系）考核合格，给予相应的成绩，计1个学分。课程修读采用模块化教学内容，学生可根据自身实际情况选择，获得对应积分，满足总分要求即可获得课程学分。

2023-2024 学年物理学院《形势与政策Ⅱ》课程教学安排与考核评价具体要求如下（课程实施方案仅供参考，有所删减，每年有所调整，请关注最新通知）：

《形势与政策Ⅱ》课程共 32 学时，其中大二、大三各 12 学时，大四 8 学时，在本科毕业前的春夏学期，经物理学院考核合格，给予相应的成绩，计 1 个学分。根据不同年级的特点，设置不同的教学模块，具体如下：

大二、大三（共 24 学时）：每位学生每学年必须参加 2 次由物理学院组织的形势与政策教育报告，结合各类形势与政策教育活动，完成所需学时，提交学习报告，占总成绩 80%。每学年结束前在学院办公网公示纪实及完成情况。

大四（共 8 学时）：结合就业实习和课程实践，了解我国经济形势和就业形势，至少参加一次院系层面讲座培训，一次主题班会或主题团日活动，一次公益服务，递交一段毕业前给母校的话，完成所需学时，占总成绩的 20%。

教学开展的具体计划如下：

1. 理论学习

1) 形势与政策报告会。2) 理想信念教育活动。3) 就业分享会。

2. 主题党（团）日

开展主题党日活动，专题团支部会议、线上主题微团课和线上主题团日活动等，深入学习党的二十大精神、“新时期新使命新征程”等形势政策热点话题。

3. 实践教育

1) 志愿服务活动。2) 社会实践活动。

4. 作品创作（可选）

开展专题征文比赛、摄影比赛等创意作品征集活动，发展个人特长，以多种创作形式展现物理学院同学对时事、社会各方面的深入学习和独到见解。

5. 网络学习：

充分利用“青年大学习”、“学习强国”等平台，让同学利用碎片化时间进行理论知识学习。

但是,对于求科、强基班等行政归属竺院的班级来说,大三之前是按照竺可桢学院的标准来评判的(2022级为例,每届会有变化)：

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

二、巴德年班、图灵班、神农班、求科、强基培养平台

大二学年需完成竺可桢学院关于《形势与政策Ⅱ》课程的要求，至少听取3次形势与政策专题报告会或相关专题讲座。学年结束后，学院会将每位同学听取讲座报告的次数交接至各专业院系。

大三、大四学年各平台学生请参照所对应专业学院《形势与政策Ⅱ》修读要求。期间各平台同学参与的竺院组织的形势与政策讲座次数同样将在竺院网站上定期公示，以便于后期学院次数互认。

三、成绩评定

混合班、人文社科实验班：课程最终成绩采取两档制考核，合格和不合格。同时完成报告讲座学习合格、实践教育学习合格、论文报告合格三部分，则成绩判定为合格。三者任意一个为不合格，则成绩判定为不合格，无法获得课程学分。

巴德年班、图灵班、神农班、求科、强基培养平台：课程最终成绩评定请参考专业学院《形势与政策Ⅱ》修读要求

图 6 竺可桢学院《形势与政策Ⅱ》修读要求

三、二三四课堂

1. 课堂概况

2023 级及以前的同学适用《浙江大学本科生第二、三、四课堂学分管理办法（试行）》浙大发本〔2017〕61 号。

2024 级起适用《浙江大学本科生第二、三、四课堂学分管理办法》浙大发本〔2024〕6 号。

(1) 2023 级及之前

第二课堂

学生参加学科竞赛、创新创业及科研实践训练、科学研究、学术报告和学生工作等获得，分为美育二课分和普通二课分两类。

毕业要求：4 学分（美育二课分至少要求 1 分）

主要得分途径：教育活动、文艺活动、学科竞赛、科研训练、学生工作等。

第三课堂

学生参加各类社会实践、就业创业实践实训等项目以及校内外志愿服务活动获得，多余的三课分可以转换为四课分。

毕业要求：2 学分

主要得分途径：社会实践（必修）、实习、创业、星级志愿者等。

第四课堂

学生参加国（境）外高校等开展的各类国际化学习交流活动中。

毕业要求：2 学分

主要得分途径：线上线下出国交流、多余三课分转化及国际化课程等。

(2) 2024 级及之后

第二课堂

学生在校内参加的各项实践项目，包括参与理想信念教育、文化艺术活动、学科竞赛、创新创业和科研实践训练、科学研究、学术报告、学生工作等。

具体办法：参加二课堂项目累计记点 ≥ 4 ，且该记点中参加基础必修类项目累计记点 ≥ 2.5 者，可获得二课堂 4 学分。累计记点 < 4 者，二课堂等级为“不合格”； $4 \leq$ 累计记点 < 5 者，二课堂等级为“合格”； $5 \leq$ 累计记点 < 6 者，二课堂等级为“良好”；累计记点 ≥ 6 者，二课堂等级为“优秀”。

基础必修类项目：包括理想信念教育（如新生导论课 0.5 记点，形势与政策Ⅱ课程 1 记点）和文化艺术活动类（记点 ≥ 1 ），累计记点 ≥ 2.5 。

专业特色类项目：包括学术报告、跨学科类竞赛、科研实践训练、学科竞赛、科学研究、创新实验。鼓励参加各类学术报告、科研实践训练（SRTP、SQTP、NSEP 等）、浙江大学大学生物理学术竞赛（ZUPT）、中国大学生物理学术竞赛（CUPT）、全国大学生物理实验竞赛（创新）。

个性通选类项目：包括素质提升类项目、活动以及学生工作经历等。如物理学院“职场有你”系列活动、物理学院“格致杯”篮球赛等院级体育竞赛。

第三课堂

学生在校外、境内参加的各类社会实践、就业创业实践实训等项目，以及校内外志愿服务活动。

具体办法：参加三课堂项目累计记点 ≥ 2 ，且该记点中参加基础必修类项目累计记点 ≥ 0.5 者，可获得三课堂2学分。累计记点 < 2 者，三课堂等级为“不合格”； $2 \leq$ 累计记点 < 3 者，三课堂等级为“合格”； $3 \leq$ 累计记点 < 4 者，三课堂等级为“良好”；累计记点 ≥ 4 者，三课堂等级为“优秀”。

基础必修类项目：参与社会实践活动，且实践时间累计一周以上并通过考核可获1记点，考核结果为校级优秀及以上的可获1.5记点。

专业特色类项目：包括就业实习实践、创业实践实训。学院开设《物理与社会服务》课程，可认定记点0.5。

个性通选类项目：包括学生在校内外参加的各类青年志愿者项目。一星级荣誉奖获1.5记点、二星级荣誉奖获2记点、三星级荣誉奖获2.5记点、四星级荣誉奖获3记点、五星级荣誉奖获3.5记点。

第四课堂

学生参加国（境）外高校等开展的各类国际化学习交流活动。学生可通过以下任一修读方式获得“第四课堂”学分：

1. 赴境外高校等参加并完成与我校共建的2+2、3+X等联合培养项目；
2. 赴境外高校等参加交流项目并获得有效课程学分；
3. 赴境外高校等参加4周及以上的各类交流项目，并提供修读证明等相关材料；
4. 赴境外高校等参加少于4周的交流项目且没有获得有效课程学分的，需再修读1门经学校认定的国际化课程且考核通过；
5. 参加线上境外交流项目并达到《浙江大学本科生线上境外交流与合作项目管理办法（试行）》（浙大本发〔2022〕4号）中关于“国际化模块”的要求；
6. 参加线上境外交流项目，但未达到《浙江大学本科生线上境外交流与合作项目管理办法（试行）》（浙大本发〔2022〕4号）中关于“国际化模块”要求的，需再修读1门经学校认定的国际化课程且考核通过；
7. 已获得三课堂2学分并核定成绩者，使用其多余点中的2记点替换“第四课堂”的，需再修读1门经学校认定的国际化课程且考核通过。

2. 申请与审核

申请：在素质拓展数智平台（<http://sztz.zju.edu.cn/>）上申请

审核：二、三课堂审核分团支部、院级、校级三级审核。团支部和学院审核由团支书和学院工作人员负责，实时审核。校级审核的每个长学期的集中审核时间在期中考试前后与期末考试周前。注意及时关注学院团委通知，在集中审核之前完成项目申请。

温馨提示：二三四课分和毕业息息相关，没有足够的二三四课分是无法毕业**拿到“双证”的，每年不同学院都有同学因为这个原因无法毕业，请各位同学一定要重视！**

四、国际交流

很多信息都可以查询 CC98，每年物理学院都会给出飞跃手册，里面详细讲解了出国的要求、推荐院校以及详细案例。我们在学生手册中给出一般性国际交流和出国流程的概况，具体信息请大家查询官方网站。

1. 暑校及对外交流项目

四课堂中要求修读对外交流学分，学院也鼓励同学们外出拓宽视野。

一般来说，短期的交流项目分为两种——暑校交流和一般境外交流项目。一般来说，如果我们同学有出国意向，那么进行暑校交流是必要的，这不单单是和对方学校互拿 offer 的过程，还是一个磨合的过程，这种项目一般持续 1-2 个月的时间，这个的申请需要自己找对应学校的项目；一般境外交流项目则是物理学院联合大陆外高校的短期交流，在浙大本科的境外交流项目中报名，这个费用一般学院会报销大部分（仅包含住宿、通勤以及来回路费），物理学院的名额也比较充裕，这种项目的主要目标还是拓宽眼界，一般来说缺少对对应高校的深入接触，但我们仍然可以通过这些项目认识海外的导师，与他们的课题组进行交流。

目前，物理学院的主要交流院校包括香港中文大学，香港浸会大学以及新加坡国立大学等等。

申请网站链接：zdbk.zju.edu.cn

2. 海外申请研究生相关流程

(1) 流程

① 准备阶段

- 1) 语言考试：提前至少 6 个月进行准备，确保有足够的时间提高语言能力并安排考试
- 2) 标准化考试：GRE 或 GMAT 通常需要 3-6 个月的准备时间，建议在申请季前一年内完成

② 申请阶段

- 1) 搜集信息：至少提前一年开始搜集目标院校的申请要求和截止日期
- 2) 准备材料：包括个人陈述、推荐信等，建议在申请季前 6 个月开始准备
- 3) 提交申请：大多数院校的申请截止日期在每年的 11 月至次年 1 月，但具体日期需根据目标院校确定

③ 面试阶段

- 1) 面试邀请：通常在提交申请后的 1-2 个月内发出
- 2) 面试准备：收到面试邀请后，至少预留 2-4 周的时间进行准备

④ 录取阶段

- 1) 录取通知：大多数院校会在次年的 2 月至 4 月间发出录取通知
- 2) 签证申请：收到录取通知后，应尽快开始签证申请流程，通常需要预留 1-3 个月的时间

⑤ 出国前准备

确定住宿、购买机票、进行健康检查等，建议在出国前 2-3 个月开始准备

(2) 注意事项

- 1) 学生应关注目标国家和院校的申请要求、截止日期等关键信息
- 2) 申请材料应真实反映个人学术背景和研究兴趣
- 3) 考虑申请多个院校以增加录取机会，同时准备备选方案

(3) 准备条件

- 1) 语言能力：达到目标院校的语言考试要求
- 2) 学术成绩：优秀的本科成绩和科研经历
- 3) 标准化考试成绩：达到或超过目标院校的最低要求

(4) 时间流程表

大三（第三学年）

大三上学期（9月-12月）：

- 1) 开始准备语言考试（如托福、雅思）和 GRE 或 GMAT
- 2) 确定目标院校和专业，搜集申请要求和截止日期

大三寒假（1月-2月）：

- 1) 参加语言考试或 GRE/GMAT 考试
- 2) 开始撰写个人陈述草稿

大三下学期（3月-6月）：

- 1) 根据考试成绩调整申请计划
- 2) 完成个人陈述和研究计划的初稿
- 3) 与推荐人沟通，准备推荐信

大三暑假（7月-8月）：

- 1) 参加实习或进行科研工作，增强申请背景
- 2) 完成或更新个人陈述和推荐信

大四（第四学年）

大四上学期（9月-12月）：

- 1) 确定最终申请院校名单
- 2) 完成所有申请材料，包括个人陈述、推荐信、成绩单等
- 3) 准备并提交申请

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

大四寒假（1月）：

- 1) 跟进申请状态，确保所有材料已提交
- 2) 准备可能的面试

大四下学期（2月-4月）：

- 1) 接收面试邀请并参加面试
- 2) 等待录取结果

大四下学期（5月）：

- 1) 收到录取通知后，做出最终选择
- 2) 开始准备签证申请材料

大四下学期（6月）：

- 1) 完成签证申请
- 2) 确定住宿和行程安排

大四毕业前（7月）：完成所有出国前的准备工作，包括购买机票、进行健康检查等

大四毕业后（8月）：出国前最后的准备，如行李打包、告别等

(5) 学长说

- 1) 物理国外深造项目

国外物理基本只有直博 phd 项目

求物 19 级以前学长一半以上都跨专业申到了电子工程与技术、金融、计算机等硕士博士项目，且申到的学校基本都是北美排名前十的高校

- 2) 重要程度排序：推荐信>科研经历>绩点>学校背景>语言成绩

当然如果有精力都做的很好，肯定是最好的

- 3) 语言成绩

托福需要 90+，口语比较重要需要 24+（托福有效期 2 年，建议大三寒暑假去考）

GRE：关注一下每个学校对 GRE 的要求（不用要求特别高，求过）

- 4) 学校背景

争取拿到竺可桢学院荣誉证书，陆本是在美国的申请鄙视链底端，如果家庭有条件的学生可以去香港新加坡读个硕士，增大录取概率的同时也可以为跨专业做好准备

- 5) 标化成绩（绩点不是最重要的）

老师更希望看到成绩单上揭示出信息（比如你想上高能，一定要大三上掉相关课程）；专业课四大力学至少 B 及以上，保持课程绩点在 3.5 以上（4 分制下），有能力也可以考到 3.9 以上；一些与研究方向相关的课需要重点去刷高分（对想走高能方向出国的同学一些重要的课：广义相对论，量子场论，量子力学，统计物理）

出国可以重修覆盖

6) 注意科研经历和推荐信

申请方向老师会专门看你的材料，体现 connection

推荐信是决定性的因素：一般需要 3 个老师给你写推荐信，可以有多种渠道获得：如找老师做科研要科研推荐信；如课程推荐信，我上得某节课很不错（实际上可能会起反作用，不推荐）；需要有 3 段相对完整的科研经历来获取推荐信，同时 3 个推荐信都是同一个方向的话更容易申请到。最好三段科研经历集中在一个方向。

推荐信更重要的是谁写的，大牛和不认识的人的区别很大，找科研导师一定要仔细挑选，思考自己能不能做到，老师愿不愿意帮你；注意到一定要有暑研，拿海外老师的推荐信

本科生文章没有那么重要（计算机方向很重要），文章可以体现科研能力但不能算决定性因素

7) 保研和出国要早早选定一条路，不可兼得

出国工程量大，需要很强的执行能力，也需要提前做好规划，保研或者出国最好在大二上便要做出选择

8) 多和他人交流，积极获取信息

(6) Q&A

Q1: 出国费用很高怎么办？

出国不用担心钱的问题，PhD 都是全奖，在 cover 你的生活费的同时，还能赚钱，一般一个月能剩 2000-3000 美金

Q2: 科研导师怎么找？

- 1) 看研究方向
- 2) 看老师人怎么样，愿不愿意给你写推荐信，会不会压力学生
- 3) 查老师的背景人脉，Google 搜索推理

Q3: 海外科研项目怎么找？

- 1) 在浙大官网上查学校的合作项目
- 2) 其他学校的主页寻找，理论可以线上，实验需要线下

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

3) 找相关机构，一般费用几万

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

五、奖助相关

物理学院目前已形成勤工助学项目、助学金、相关补助的多方位的助学政策，为贫困生、困难生的学习生活提供保障。具体资助相关政策通知可参考：

通知路径：物理学院官网——办公服务——学生思政——本科生思政——奖助学金

首页>办公服务>学生思政>本科生思政>奖助学金

办公服务	
本院动态	
组织人事	
科学研究	
本科生教育	
研究生教育	
学生思政	
▶ 最新消息	
▶ 研究生思政	
▶ 本科生思政	
消息公告	
党建团建	
学生活动	
奖助学金	
其他	
	24 2024-05 【本科生资助】关于做好第十九届学生资助对象教育实践项目（NSEP）结题工作的通知 【本科生资助】关于做好第十九届学生资助对象教育实践项目（NSEP）结题工作的通知
	28 2024-04 【本科生奖评优27号】关于2022-2023学年博通奖学金增选工作的通知 【本科生奖评优27号】关于2022-2023学年博通奖学金增选工作的通知
	12 2024-04 【本科生奖评优26号】关于2023年度国家天文台奖学金预评名单的公示 【本科生奖评优26号】关于2023年度国家天文台奖学金预评名单的公示
	03 2024-04 【本科生奖评优25号】关于开展2023年度国家天文台奖学金评选工作的通知 【本科生奖评优25号】关于开展2023年度国家天文台奖学金评选工作的通知
	27 2024-03 关于开展2023-2024学年春夏学期外设助学金续助申请工作的通知 关于开展2023-2024学年春夏学期外设助学金续助申请工作的通知
	13 2024-03 【本科生奖评优24号】关于公示物理学院2024届本科生省级、校级优秀毕业生荣誉称号推荐名单的通知 【本科生奖评优24号】关于公示物理学院2024届本科生省级、校级优秀毕业生荣誉称号推荐名单的通知
	06 2024-03 关于做好2023-2024学年学生资助对象复核与调整工作的通知 关于做好2023-2024学年学生资助对象复核与调整工作的通知

图 7 物理学院奖助学金页面

1. 资助对象教育实践项目（NSEP）

申请原则：

坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想和习近平总书记对浙江大学系列重要指示精神为指导，全面贯彻落党的二十精神，高质量落实浙江大学第十五次党代会决策部署。

坚持“资助”和“育人”相结合，“教育”与“自我教育”相结合的原则。

申报对象：

立项人必须是浙江大学全日制在校本科生中学校认定的资助对象，原则上 2023-2024 学年新认定的资助对象，均需参与此次项目申请（立项人或参与者均可，原则上大学期间需参加一次）。

立项人需组织成团队进行申请，团队成员至少 3 人，最多不得超过 5 人，鼓励非资助对象参与，且必须由至少一名指导老师参与指导。立项人和成员原则上均应是浙江大学全日制在校本科生。

学生作为项目申报人每人限申报 1 个项目，参与项目不得超过 2 个。

项目评审立项及管理方法：

院（园）级普通项目由学院（系）、学园负责立项答辩、中期考核、结题答辩等事宜。

原则上，普通项目立项结果分为一般和重点，重点比例不超过 30%；结题结果分为良好和优秀，优秀比例不超过 30%。具体检查和答辩形式将会在学工部网站上通知，请同学们及时关注，并做好相关准备。

为提高参与者的各项能力，学工部将组织多次相关培训。每个项目组须安排至少一人参加培训，到场情况将作为项目检查考评依据，具体培训时间另行通知。

结题答辩通过项目的立项人和参加人将获得第二课堂学分为：立项人 3 分，参与人 2.5 分（详见《关于资助对象教育实践项目（NSEP）第二课堂学分认定的规定》）。对于已批准立项的 NSEP 项目，项目负责人和参加者无故或无正当理由放弃项目的，将取消其下一年 NSEP 申报资格，并扣除第二课堂学分（项目负责人扣 2 分、参加者扣 1 分）。如确有实际原因不能参加该项目研究的学生，需提出书面申请，书面申请要求指导老师写明详细原因并签字，由学院盖章后提交 NSEP 项目工作小组审批同意。

学工部将根据项目质量予以不同档次的经费支持，**校级立项通过后可获得 500-1500 元经费支持，结题通过后可获得 1000-2500 元经费支持。院级立项通过后可获得 500-1000 元经费支持，结题通过后可获得 1000-2000 元经费支持。**

2. 助学金

根据助学金设立单位不同，助学金可分为国家助学金、校设助学金、院设助学金。

申请助学金的前提是认定资助对象，通常在每学年秋学期进行，请务必关注通知，不要错过。原则上，资助对象均可申请国家助学金。校设、院设助学金需要通过评选确定人选，且年度之间存在一定差异，请以当年通知为准。

(1) 国家助学金

申请基本条件：

- 1) 具有中华人民共和国国籍；
- 2) 热爱社会主义祖国，拥护中国共产党的领导；
- 3) 遵守宪法和法律，遵守学校规章制度；
- 4) 诚实守信，道德品质优良；
- 5) 勤奋学习，积极上进；
- 6) 家庭经济困难，生活俭朴；
- 7) 同一学年内，申请国家助学金的学生可以同时申请国家奖学金或国家励志奖学金。

资助标准：

根据学校学生资助对象（不含退役士兵学生）认定结果分两档予以资助。普通资助对象为一档，资助金额为 3300 元；重点资助对象为二档，资助金额为 3900 元，具体金额根据申请人数和中央下拨经费情况确定。根据上级工作要求，国家助学金将按月发放。

(2) 校设助学金

校设助学金的评选项目与名额年度之间存在一定差异，请以当年通知为准。

(3) 院设助学金

院设助学金的评选项目与名额年度之间存在一定差异，请以当年通知为准。以 2022-2023 学年评选项目为例：

① 梨洲助学金

评选名额及资助金额：

每年资助本科生不超过 10 名，每人 4000 元。

评选要求：

热爱祖国，坚持四项基本原则，具有良好的思想政治素质和道德修养，遵纪守法，品行端正，学风严谨，没有因违反校纪校规受到处分，学习刻苦，家境贫寒，专业课程没有不及格科目。

② 思源助学金

评选名额与资助金额：

资助本科生 2 人，每人 5000 元。

评选要求：

热爱祖国，遵纪守法，诚实守信，品行端正，举止文明；拥有感恩之心，具有公益慈善的意识；学习刻苦，成绩优秀。

③ 束星北助学金

评选名额与资助金额：

资助本科生 1 人，每人 5000 元。

评选要求：

3. 相关补助

(1) 年末专项补助

① 基本申请条件

基本条件

- 1) 具有中华人民共和国国籍，且持有中华人民共和国居民身份证的浙江大学全日制在读本科学生。
- 2) 拥护党的方针政策，遵守国家法律及学校规章制度，思想品德良好。
- 3) 学习努力，态度端正。
- 4) 学校认定的资助对象，或因突发事件造成经济特殊困难的学生。

学生在校期间，凡出现以下情况之一者，不具备申请资格：

- 1) 违反校纪校规受到处分；
- 2) 休学期间；
- 3) 退学试读期间；
- 4) 瞒报家庭成员及经济收入，弄虚作假取得补助金；
- 5) 学习态度不端正，学习不努力，造成学习成绩低劣；
- 6) 平时生活挥霍浪费；
- 7) 不履行受助义务（如不按时做好学年小结、不及时对捐资人要求的情况进行反馈、不参加学校要求的公益和实践活动等），并经教育仍不改正。
- 8) 有上述第 2 项、第 3 项情形的学生复学后可重新申请困难补助；有上述第 1 项、第 5 项、第 6 项、第 7 项情形的学生，经教育帮助，考察一年后有明显进步的，可酌情重新审定其困难补助申请；有上述第 4 项情形的学生，令其偿还所发的困难补助，并根据情节给予批评教育直至纪律处分。

② 专项补助及申请资格

春节补助：春节慰问及回乡路费的补助。符合上述基本申请条件即具有资格申请。

寒衣补助：对新生越冬御寒衣物的补助。本学年新认定的资助对象具有资格申请，原则上资助对象在校期间可申请一次。

保险费补助：对新生“医疗保险”的补助。本学年新认定的资助对象具有资格申请，原则上资助对象在校期间可申请一次，根据学制申请保险费补助（注：2021 年起杭州市大学生个人医保缴费标准调整为每人每年 90 元，四年制 360 元/人，五年制 450 元/人）。

(2) 临时困难补助

① 项目介绍

临时困难补助是学校对学生突发性经济困难的补助，原则上，学生发生经济困难优先以临时校内无息借款来解决，对确因情况特别的才以临时困难补助形式给予现金资助。临时困难补助一般在学院困难补助经费中开支。

② 基本申请条件

- 1) 具有中华人民共和国国籍，且持有中华人民共和国居民身份证的浙江大学全日制在读本科学子。
- 2) 拥护党的方针政策，遵守国家法律及学校规章制度，思想品德良好。
- 3) 学习努力，态度端正。
- 4) 学校认定的经济困难生，或因突发事件造成经济特别困难的学生。

③ 申请和发放程序

学生通过学生信息服务平台提出临时困难补助申请，并下载打印申请表，签名后提交学院。学院审核，分管领导审批。学院将审批通过的学生信息及申请材料提交校计划财务处，计划财务处复核通过后直接将临时困难补助打入学生银行账户。一次性补助 2000 元及以上者，需事先报学生工作处批准。

特别提醒：各项助学金和相关补助的详细申报流程请参考官网最新文件通知；如有疑问，可联系沈老师咨询。（沈老师，87951326，szjian1225@zju.edu.cn）

4. 评奖评优

评奖评优分为学生评价、荣誉称号评选、奖学金评选三部分。评奖评优会在每个学年的秋冬学期进行，需要多加关注院网通知。评奖评优会经历以下几个步骤：确定参评名单、思想政治素质评价、能力素养评价、体质健康评价、学业成绩评价、荣誉称号评定、国奖/一等奖评选、其他奖学金评选。

(1) 学生评价

根据浙江大学印发《浙江大学本科学子评价实施办法》（浙大发本〔2017〕117 号）。学生评价包括思想政治、体质健康、学业成绩、能力素养。申请荣誉称号的条件是思想政治素质合格、体质健康合格、遵守法律法规和校纪校规，积极上进，已修课程的学年平均学分不低于 40 学分。

(2) 荣誉称号

根据浙江大学本科学子荣誉称号及奖学金评定管理办法（浙大发本〔2017〕118 号）。荣誉称号包括学业优秀标兵、学业进步标兵、创新创业标兵、公益服务标兵、文体活动标兵、优秀学生（学业优秀标兵+其他标兵，思想政治、体质健康良好及以上）、优秀毕业生、集体荣誉称号（先进班级、文明寝室）。

(3) 奖学金

根据浙江大学本科学子荣誉称号及奖学金评定管理办法（浙大发本〔2017〕118 号）和《浙江大学物理学系本科学子评价、评奖评优实施细则(修订版)》（浙大物理党委发〔2021〕14 号）。奖学金包括竺可桢奖学金、国家奖学金、一等奖学金、二等奖学金、三等奖学金、省政府奖学金、外设奖学金等。

院设奖学金的评选项目与名额年度之间存在一定差异，请以当年通知为准。以 2022-2023 学年评选项目为例：

① 嘉富星空奖学金

评选名额与资助金额：

资助本科生 1 人，每人 5000 元。

评选要求：

到浙江大学——紫金山天文台联合中心或紫金山天文台读研究生的浙江大学本科生。

② 束星北奖学金

评选名额与资助金额：

资助本科生 2 人，每人 5000 元。

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

评选要求：

品行端正、开拓奋进、乐学助人；专业基础扎实，具有自主学习实践能力、创新精神，富有科研潜力；综合测评总成绩在本专业年级排名前 10%；学生在省级、国家级等专业相关竞赛中的获奖、在国内外核心期刊发表重要的论文等都是评定本奖学金的重要依据。

③ 博通奖学金

评选名额与资助金额：

资助本科生 2 人，每人 1600 美元的等值人民币。

评选要求：

本奖学金用于奖励浙江大学物理学院全日制在读本科生；在文学，艺术，体育活动或社会实践中有杰出表现；当年内所有必修课及格；同等条件下，经浙江大学认定的资助对象优先。

六、学生组织和社团

物理学院内部有很多组织和社团，他们分管不同方面的项目，为物理学院的同学举办很多精彩的文娱活动，同时也会帮忙在导师和同学间搭线，或是为国赛和省赛做准备。下面介绍两个主要的学生组织和社团，在向大家推广的过程中也向大家介绍物院相关的特色活动。

1. 组织与社团介绍

(1) 浙江大学物理学院学生会

浙江大学物理学院名下仅有一个学生组织——物理学院学生会，它志于服务广大师生、锻炼会内成员的能力，以及为学院的发展注入自己的力量。

学生会共有五个部门，分别为：办公室、学术部、宣传部、文体部、权服部。其中办公室负责学生会组织内部建设和考核、与校内外其他学生组织沟通合作；学术部负责开展生涯规划教育和创新创业教育、为同学们提供学习资料及相关资讯、举办师生沙龙、朋辈辅学等学术交流活动；文体部负责组织各部门成员举办新年晚会、毕业晚会等文体活动；权服部负责学生会二、三课分和志愿者小时数的申请、建设权益服务平台服务广大同学；宣传部负责学生会重要活动宣传、协助运营物理学院公众号。

(2) 浙江大学学生物理科创协会

浙江大学学生物理科创协会旨在通过举办大学生物理竞赛（一系列比赛）以及进行相关培训来提高社员的物理理论分析能力、动手能力、模拟能力、建模能力并切实提高社员的物理素养，提供一种课堂外的对物理的直观认知与抽象认知的渠道。

品牌活动：全国大学生物理学术竞赛、全国大学生物理实验创新竞赛

2. 特色项目

(1) 常规文娱活动

物理学院学生会旨在丰富师生校园生活和提供学习科研帮助。在校园生活方面，学生会组织了许多丰富多彩的活动——毕业晚会、昆曲导赏会、趣味运动会、科学家知识竞赛、六院联谊舞会……各种活动为师生的生活增添了不少色彩。

(2) 学业相关活动

本科生党支部朋辈辅学：由于物理学专业的课程比较抽象，难度较大，学院的党支部建立了朋辈辅学的活动，让一些内敛的同学能够有比较正式的渠道向朋辈的同学请教问题，是学生自己的学术沙龙。

学生会师生沙龙：同学们可以通过在公众号上报名的方式参加两周一次的师生沙龙。在沙龙里，同学们有机会和物院的前辈老师们坐一块儿，深入了解导师的研究方向和课题，对物理学前沿的方向有更深的认识，还可以借这个机会去导师的实验室参观，甚至可以直接加入到导师的课题组里。

CUPT 相关的社团课程：同学们可以通过科创协会的渠道，学习相关科研软件的使用方法，并和同辈交流 IYPT 的实验课题。这个课程也是物理实验中心协助大家准备 CUPT 国赛的重要渠道。

七、竞赛和科研训练

大学生活中，竞赛和科研训练是不可或缺的组成部分。这里我们会介绍学校的科研训练以及和物理学院有关的竞赛，给大家一个比较清晰的框架。

参考时间轴：

大一	物理学创新赛/SQTP
大二	全国大学生物理学术竞赛（CUPT）/SRTP
大三	SRTP/自己寻找导师进组刷履历

1. 竞赛介绍

(1) 全国物理创新实验竞赛

这个竞赛分为自选赛、教学赛以及定题赛。一般 3-5 名同学和一名导师为一组，整体比赛比较简单，比较好拿一等奖。

这个比赛一般在大一下学期到大二上半学期这个周期进行。同学们需要自己搭建比较创新的实验装置，并给出相关的报告；如果在教学赛，那么同学需要设计一个教学课堂，能够用新颖的方式讲解一节实验课，比如“声速的测定”。

具体信息可以咨询实验中心的姚星星老师。

(2) CUPT

CUPT，全称“中国大学生物理学术竞赛”（China Undergraduate Physics Tournament），是一个模拟国际物理学术竞赛（IPT，International Physicists' Tournament）的国内比赛。这项赛事特别针对大学本科生，旨在通过团队对抗的形式，提升学生的物理知识、科研能力以及团队合作和口头表达能力。

CUPT 通常包括几个主要环节：

1. **问题选择**：组织者会提前发布一系列物理问题，这些问题涉及各个物理领域，通常包含实验和理论两部分。参赛队伍需要从中选择几个问题进行研究。
2. **问题研究**：团队需对选定的问题进行深入研究，设计实验、收集数据，并进行理论分析。这一阶段通常需要几个月的时间，团队成员需要密切合作。
3. **论文撰写**：团队需要就他们的研究成果撰写详细的报告。
4. **竞赛辩论**：竞赛期间，各团队需要公开展示他们的研究成果，并与其他团队就问题进行学术辩论。辩论包括对报告的质疑、回答对手的问题等。

2. 科研训练

竞赛和科研训练官网 <http://kyjs.zju.edu.cn/preview>

(1) 国创

国家级大学生创新创业训练计划项目（简称“国创”），分为三类：创新训练、创业训练、创业实践。

创新训练是本科生个人或团队在导师指导下，自主完成创新性项目设计 and 研究，并撰写研究报告和交流成果等的活动。

创业训练是本科生团队在导师指导下，完成编制商业计划书、模拟企业运行、参加企业实践、撰写创业报告等的活动。

创业实践是本科生、研究生及其团队在学校导师和企业导师共同指导下，提出一项具有市场前景的创新性产品或者服务，以此为基础开展创业实践的活动。

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

(2) 省创

浙江省大学生科技创新活动计划（新苗人才计划）项目（简称“省创”），分为三类：科技创新、科技成果推广、创新创业孵化。

科技创新是本科生及其团队在导师指导下培育大学生创新创业研究成果的活动。

科技成果推广是本科生、研究生及其团队在导师的指导下完成立项调研、技术方案设计和实施、培育具有一定应用价值和商业潜力、具有科技成果推广价值的活动。

创新创业孵化是研究生及其团队在导师指导和培训下，培育和转化科技经济的活动。

(3) SRTP

大学生科研训练计划项目（简称“SRTP”），分为两类：校 SRTP、院 SRTP，是本科生个人或团队在导师指导下，自主完成创新性项目设计 and 研究，并撰写研究报告和交流成果等的校级、院级科研训练项目。

大学生创新创业训练计划项目申报对照表

级别	项目类别	管理部门	申报对象	申报方式	团队学生数上限	实施时间	申报经费最高值(万元)
国家级 (国创)	创新训练	教务处	本科生	网站	3 人	1 年	1.2 万元
	创业训练	校团委	本科生	网站	6 人	1 年	2 万元
	创业实践	党委学工部（创新创业学院）	本科生或研究生	网站	6 人	不少于 2 年	10 万元
省级 (省创) (2024 年立项项目由 5000 元调整至 1 万元)	科技创新	教务处	本科生	网站	3 人	1 年	1 万元
	科技成果推广	教务处	本科生	网站	3 人	1 年	1 万元
		党委研工部	研究生	纸质			1 万元
	创新创业孵化	党委研工部	研究生	纸质	3 人	不超过 2 年	1 万元
校级 SRTP	科研训练	教务处	本科生	网站	3 人	1 年	0.12 万元
院级 SRTP	科研训练	教务处	本科生	网站	3 人	1 年	院（系）自筹

图 8 创新创业训练计划项目申报对照表

申报启动阶段（1 月份左右）——>负责人申报（3 月份左右）——>学院项目评审（4 月初）——>学校审批学院上报项目（4 月中旬左右）——>立项公示（4 月下旬）——>立项（4 月底）。

在为期一年的项目过程中，共有三次较为正式的院系层面的审核，分别为立项答辩（4 月左右）、中期检查答辩（12 月左右）、结题答辩（次年 5 月左右）。

注意事项

1、项目申报人为我校全日制在校本科生（一年级、毕业班除外），可采取个人或团队形式申报，团队不超过 3 人（创业训练、创业实践项目不超过 6 人），每位学生每学年度只能申报一个项目。

2、往年已经获得立项的学生或团队，当年只能申报高一等级的项目，未按期结题的学生或团队不得再次申报项目。

3、每个项目均应聘任 1 到 3 位具有中级以上职称指导教师，导师可以是校内外教师或专家，每位指导教师每学年度指导项目数不得超过 3 项。

(4) 自己找导师

如果我们想要刷科研履历，那么基本需要我们自己找导师进组。一般来说，同学们可以在物理学院的教师个人主页上找到导师的研究方向介绍和论文以及导师的邮箱，然后同学们需要自己在邮件中说明自己的身份，找导师聊一聊，通过这个途径联系到导师以后，同学们就可以和导师交流了。一般来说，老师们是很欢迎本科生进组学习的，但是有一些方向的门槛很高。一般同学们需要到大三学完四大力学以后才能进组学习，这时候大家一定要看清导师教师主页上对本科生的要求，然后根据实际情况联系导师。

3. 研究所介绍

以下是物理学院所属的研究机构：

浙江省量子技术与器件重点实验室

关联物质研究中心

聚变理论与模拟中心

浙江近代物理中心

光电物理研究所

光学与量子信息研究所

凝聚态物理研究所

天文研究所

大家可以访问 <https://physics.zju.edu.cn/dwjl/list.htm> 来了解具体信息。

八、推免相关

总的来说，物理学作为基础学科，深造名额会相对倾斜，其他专业也非常欢迎物理学院学生转专业深造。整体的深造率（算上求科强基）会达到 60%-70%，理科班也能达到 50%以上。具体的数据请大家访问物理学院官网，搜索“推免”相关词条可以查询到。

温馨提示，保研并不代表能够读研，需要按时毕业、毕业设计达到“良好”，否则会取消保研资格，造成不必要的损失。因此同学们除了完成课程修读，还需要关注第二、三、四课堂、体测、水测等存在“多次申请、多次测试”性质的项目，切勿等到最后。

1. 相关文件

篇幅受限，以下是物理学院推荐 2025 年免试研究生素质评价方案（删减），完整版本请在院网查询。

物理学院推荐 2025 年免试研究生素质评价方案（删减）

素质评价方案合理设置各遴选指标所占权重及单项指标上限分值，在某一单项中有多个分项情况时，原则上只取一个高分项，素质评价成绩最高不超过 1.0。具体方案如下：

一、素质评价的加分原则

（一）科研成果（上限 0.5）

原则上为学生本科阶段在 SCI 期刊上以独立作者或第一作者发表的与学业相关的科研论文

（二）“三大赛”获奖

“三大赛”国赛加分分值

竞赛名称	加分分值			
	金奖	银奖	铜奖	
中国“互联网+”大学生创新创业大赛	1.0	0.7	0.5	
“挑战杯”中国大学生创业计划大赛	1.0	0.7	0.5	
竞赛名称	特等奖	一等奖	二等奖	三等奖
“挑战杯”全国大学生课外学术科技作品竞赛	1.0	0.7	0.5	0.3
备注：团队自然排名第一乘以系数 1，第二乘以系数 0.9，第三乘以系数 0.8				

（三）其他竞赛获奖（上限 0.4）和重大体育、艺术比赛（含表演）获奖（上限 0.5）

获其他国家级各类竞赛最高层级奖加 0.4，第二层级奖加 0.2，第三层级奖加 0.1；获省级竞赛最高层级奖加 0.1。竞赛项目参照“学校认定的学科竞赛项目”。

学科竞赛素质评价加分参照《浙江大学本科生学科竞赛管理办法》（浙大本发[2021]20 号）和《关于公布浙江大学本科生学科竞赛认定项目名单（2021 版）的通知》。

（四）参军入伍服兵役（上限 1.0）

在部队荣立二等功及以上加 1.0；三等功加 0.5；
学生在服役期荣获嘉奖、“四有”优秀士兵嘉奖加 0.2；
普通参军入伍服兵役加分 0.1。

（五）志愿服务（上限 0.04）、社会服务（上限 0.05）及荣誉获奖（上限 0.05）

1. 志愿服务：根据浙江大学志愿者星级认定为依据，采取阶梯式加分方式对志愿服务进行加分。具体分值如下：

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

2. 社会服务：担任校、院等团学骨干且考核合格以上进行加分。

此项加分就高统计，不累计加分。

3. 荣誉获奖

(1) 获得国家级社会工作荣誉加 0.05；

(2) 获得省部级社会工作荣誉加 0.03；

(3) 校级及以上社会工作荣誉一次（优秀共产党员、十佳大学生、优秀学生干部、优秀团干部、优秀团员、优秀学生、暑期社会实践先进个人）等荣誉加 0.02；

按最高项加分，不重复累计。同个荣誉多次获得，不重复累计。

(六) 参加国际组织实习（上限 0.03）

对本科期间有学校认定的国际组织实习经历或者有国际化志愿服务小时数并有突出表现的学生（不包括国精班项目学生）进行加分，具体分值如下：

对本科期间有学校认定的四周以上国际组织实习经历加 0.03；

对累计国际化志愿服务小时数为 250 小时（含）及以上并有突出表现的学生（不包括国精班项目学生）加 0.03。

(七) 补充说明

对于本办法规定的项目之外，如若学校另有规定的，按学校规定计算；若学校未规定，其他需要加分的项目由学生本人提出申请，物理学院推免生遴选工作小组讨论决定相关事宜，并由申请人本人承担举证责任。

二、相关说明

1. 申报材料采取个人申报和个人负责制，学生须确保所申报成果的真实有效。如有弄虚作假，将取消其免试研究生资格。

2. 免试研究生申报材料加分以本次申报为准，并以收到学生申报所需材料的纸质版为依据。

3. 本办法仅适用于物理学院推荐 2025 年免试研究生工作，最终认定和解释权归物理学院推免生遴选工作小组。

2021 级物理学主干数据排名课程（更新）

教学计划号	专业名称	课程代码	课程名称	学分
20210621	物理学	06120310	电动力学	4.0
20210621	物理学	06120500	固体物理 I	4.0
20210621	物理学	06120781	计算物理	2.0
20210621	物理学	06120850	原子物理	3.0
20210621	物理学	06120960	理论力学	4.0
20210621	物理学	06120991	量子力学 I	5.0
20210621	物理学	06122321	热力学与统计物理	5.0
20210621	物理学	061B0010	常微分方程	1.0
20210621	物理学	061B0270	数理方法（甲）I	4.0
20210621	物理学	061B0280	数理方法（甲）II	2.0
20210621	物理学	061B0340	物理学实验 II	1.5
20210621	物理学	061B0350	物理学实验 III	1.5
20210621	物理学	761T0110	物理学实验 I	1.5
20210621	物理学	761T0130	力学	3.0
20210621	物理学	761T0140	热学	3.0
20210621	物理学	761T0150	电磁学	4.0
20210621	物理学	761T0160	光学	4.0
20210621	物理学	821T0150	微积分（甲）I	5.0

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

20210621	物理学	821T0160	微积分（甲）II	5.0
----------	-----	----------	----------	-----

2021 级物理学（求是科学班）主干数据排名课程

教学计划号	专业名称	课程代码	课程名称	学分
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0008	力学	4.0
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0009	热学	3.0
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0010	电磁学	4.0
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0028	常微分方程	2.0
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0029	概率论和数理统计	2.5
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0034	光学	4.0
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0036	数理方法 I	4.0
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0043	数理方法 II	2.0
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0045	量子力学 I	4.0
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0047	电动力学	4.0
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0048	热力学与统计物理	5.0
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0054	固体物理 I	4.0
20213074	物理学（求是科学班）	061Q0055	量子力学 II	4.0
20213074	物理学（求是科学班）	061R0040	线性代数 I（H）	3.5
20213074	物理学（求是科学班）	761Q0020	计算物理	2.5
20213074	物理学（求是科学班）	761Q0030	原子物理学	4.0
20213074	物理学（求是科学班）	761Q0040	理论力学	4.0
20213074	物理学（求是科学班）	821R0010	数学分析（甲）I（H）	5.0
20213074	物理学（求是科学班）	821R0020	数学分析（甲）II（H）	5.0

2. 时间轴

具体信息以推免当年为准，请大家查询官网。下面以 2024 推免的时间轴为例：

为进一步规范和加强物理学院 2025 年推荐优秀应届本科毕业生免试攻读研究生的工作（以下简称“推免”），确保推免工作公平、公正、公开，根据教育部相关文件要求、《浙江大学推荐优秀应届本科毕业生免试攻读研究生工作实施办法》（浙大发本〔2021〕70 号）、《关于进一步完善推荐优秀应届本科毕业生免试攻读研究生工作的通知》（浙大本发〔2023〕6 号）和《浙江大学关于做好 2025 年推荐优秀应届本科毕业生免试攻读研究生工作的通知》，特制定《浙江大学物理学院关于 2025 年推荐优秀应届本科毕业生免试攻读研究生工作通知》，请相关同学遵照执行。

一、推荐免试研究生报名安排

1. 网站报名

截止日期：9 月 8 日下午 16:00 前，逾期视为放弃。

所需材料：登陆教学管理系统（<http://zdbk.zju.edu.cn>）递交申请。

2. 材料递交

截止日期：9 月 9 日上午 9:00 前。

所需材料：1.《浙江大学推荐免试攻读研究生学位申请表》（zdbk 下载签字）；2.《浙江大学研究生院推荐免试入学研究生承诺书》（同上）；3.《物理学院素质评价相关证明材料汇总表》和相关证明材料。

递交方式：电子版发送至 phymayt@zju.edu.cn，主题为“推免材料+姓名”，逾期视为放弃。纸质版交至紫金港校区海纳苑 8 幢 522 办公室，逾期视为放弃。

二、推荐免试研究生工作安排

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

2025 年推荐优秀应届本科毕业生免试攻读研究生的工作计划安排如下：

9 月 8 日 16:00 前，学生登录本科教学管理信息服务平台（<http://zdbk.zju.edu.cn>）递交申请。

9 月 9 日 9:00 前，学生递交推免电子版和纸质材料。

9 月 17 日前，学院原则上按不低于 1:1.5 确定推荐名单并公示。

9 月 18 日前，学院提交审核结果并公示。

9 月 21 日前，学校审核各院系初选名单并公示大名单。

9 月 27 日前，学校完成向教育部上报推免结果。

三、推荐免试研究生遴选原则、指标、规则、管理规范

参照《浙江大学物理学院关于 2025 年推荐优秀应届本科毕业生免试攻读研究生工作通知》和《【2025 年推免生 1 号通知】物理学院推荐 2025 年优秀应届本科毕业生免试攻读研究生工作实施办法》执行。

九、就业引导

物理学院近年来毕业去向落实率和赴重点单位比例稳步提高，连续两年都有学生通过中央选调赴国家部委工作。

通过钉钉群和学院就业指导网站发布单位招聘信息，覆盖全体本研应届毕业生。学院与地方、企业、境内外大学及科研机构建立长期和良好的合作关系。会定期组织浙江大学-中核集团专场招聘会、中国原子能科学研究院核物理研究所宣讲会 and 选调分享会等活动，组织学生赴秦山核电站、北京应用物理与计算数学研究所、青海中国原子城等 GFJG、重要科研院所、重点合作单位实习实践。出台《就业重点引导单位名录一览表》，设置“服务国家战略”就业激励奖教金，鼓励引导学生赴国家重点单位就业。负责教师周之琰。

1. 三方协议签约

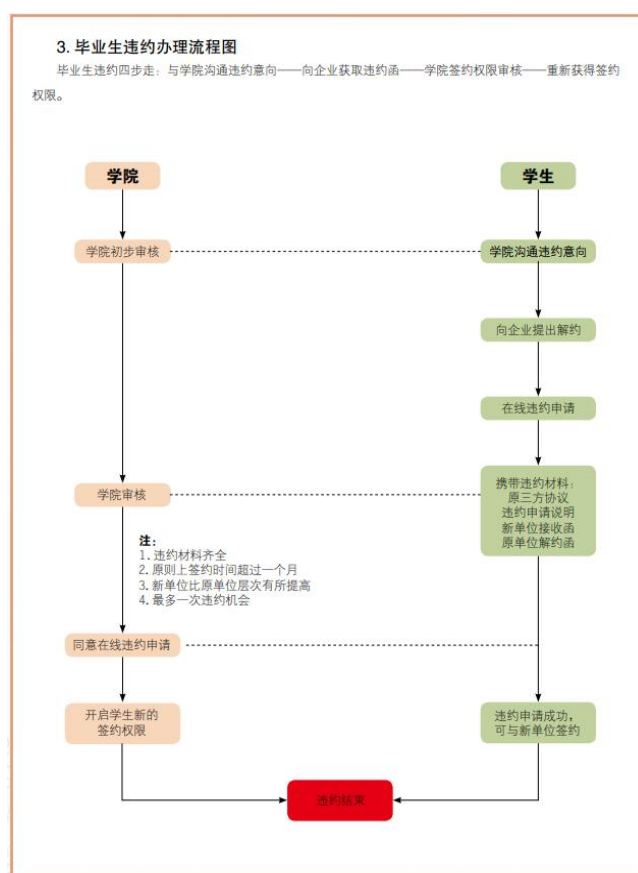


图9 毕业生三方违约办理流程

用人单位注册、登录学校就业指导中心平台后可发起电子在线签约流程；毕业生进入就业网站“就业手续”——“在线签约”模块，仔细查看电子协议，规定时间内，选择单位进行签约，签约完成后协议生效（具法律效力）；毕业生从系统打印三方协议，一式三份、正反面打印，学生签字，用人单位、学院盖章，三方各执一份。若因特殊单位等无法通过在线签约的情况，毕业生可提出申请，辅导员确认后可在系统中打印纸质三方协议。原则上不另发三方协议，特殊情况（落户新政、公务员等）学生提出申请，在改派后补发协议书。

原则上，每位同学最多可以办理一次三方协议违约，且新单位须符合校院两级就业引导方向。毕业生与原签约单位沟通协商一致，可在就业系统提交申请并上传相关证明，经所在学院（系）审核同意后完成违约手续办理。公务员、升学等录用情况可以不算院系考核的违约次数统计（不包含从公务员到公务员的

违约），学生违约手续仍按流程办理。因此，毕业生在签订三方协议前应充分考量、慎重签约。请广大毕业生维护好自身合法权益的同时，维护好学校声誉。

2. 毕业去向登记/就业方案确认

毕业生需在就业网站“毕业去向登记/就业方案确认”模块完善个人毕业去向信息，务必仔细阅读相关填写说明，带星号项目必填，其他项目尽可能填写完整。签约三方协议的同学，系统中已关联相关字段，请核对并补充缺失字段。

1、学生信息栏目

根据实际情况选择就业类别（认真阅读页面上红字的填写提示，确保选择的类别正确。网签三方的同学为默认选项，无需修改）。

2、毕业去向信息栏目

详细填写毕业去向信息（已落实就业去向的同学将出现此栏目），根据单位实际情况在下拉框选择或填写好单位性质、单位所在地、行业、单位联系人、联系电话等信息，勾选单位属于的类别等。

3、档案信息栏目

务必按照下方提示，结合本人去向的实际情况，认真填写。学院将在学生毕业后尽快完成档案材料归档和转寄工作。档案一般在一个月内寄送至所填写地址。请根据实际情况选择档案转寄类型。

1) 若学生已落实就业单位，请与就业单位确认档案寄送信息。若就业单位可以接收档案，按照以下三种情况填写档案转寄类型和寄送信息：

就业单位接收的，请选择档案转寄类型为一—签约单位接收；

就业单位上级主管单位接收的，请选择档案转寄类型为一—上级主管单位接收；

单位委托所在地人才中心接收的，请选择档案转寄类型为一—托管单位接收；

若单位明确表示不可接收档案，请将档案转寄类型选择一回生源地，并填写寄送信息。可点击下方链接查找生源地流动人员人事档案管理服务机构（人才市场）地址及联系方式，请先与人才市场电话确认可接收档案，并向人才市场提交调档申请，获取《调档函》，将调档函上的档案接收信息填写到系统上。档案地址参考链接：chrn.mohrss.gov.cn/流动人员人事档案管理服务机构信息/

2) 若学生境内升学

请选择档案转寄类型为：签约单位签收，请根据接收院校提供的调档函，根据调档函的信息填写。

3) 若学生境外深造，或者暂不落实工作单位

请选择档案转寄类型为：转回生源地，同1)中最后一种情况。

其他：如有特殊情况，请与学院老师联系。

4、户口相关信息

1) 已签约单位的毕业生，用人单位可以接收户口的，按照用人单位提供相关信息填写。

2) 境内升学的，户口按照录取高校的要求迁移到录取高校或生源地。

3) 用人单位不可以接收户口的、或未落实就业单位的毕业生、或境外升学的同学户口迁回原籍。

4) 当前户口在家，毕业后户口依然留在家的，填写转回生源地或暂不确定均可。

5、上传就业证明材料：

（上传后请自行下载确认可以打开查看）

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

1) 落实就业单位的同学：请上传就业协议扫描件，确保所有页面齐全，注意要包括用人单位盖章+本人签字+学校盖章。

2) 境内外深造的同学：具体操作详见学院通知。

3) 档案寄往人才市场的，请联系人才市场开具调档函，在系统中上传《调档函》扫描件，为确保档案顺利转接，学院凭借《调档函》才能寄送档案材料。

6、点击“就业方案确认栏目”的确认键后，学院方可进行审核。

3. 重点单位名录

序号	单位名称	单位所属类型
1	火箭军	部队
2	西北核技术研究院 (*)	GF
3	中国工程物理研究院 (*)	GF
4	中国核工业集团有限公司 (*)	关键性、基础性和支柱性企业
5	中国广核集团有限公司 (*)	关键性、基础性和支柱性企业
6	杭州海康威视数字技术股份有限公司	关键性、基础性和支柱性企业
7	浙江省内外知名中学	特色重点引导单位
8	清华大学	重点高校
9	北京大学	重点高校
10	浙江大学	重点高校
11	中国科学技术大学	重点高校
12	西湖大学	重点高校
13	复旦大学	重点高校
14	上海交通大学	重点高校
15	南京大学	重点高校
16	哈尔滨工业大学	重点高校
17	哈尔滨工程大学	重点高校
18	西安交通大学	重点高校
19	中国人民大学	重点高校
20	南方科技大学	重点高校
21	境外知名高校	重点高校 (*)
22	浙江大学杭州国际科创中心	科研院所 (*)
23	中国科学院大学杭州高等研究院	科研院所 (*)
24	北京航空航天大学杭州创新研究院	科研院所 (*)
25	之江实验室	科研院所 (*)
26	境外知名科研院所	科研院所 (*)
27	中央、地方选调生	党政机关
28	上海华为技术有限公司	战略性新兴产业领先企业
29	中兴通讯股份有限公司	战略性新兴产业领先企业
30	英特尔半导体有限公司	其他特色重点引导单位
31	天马微电子有限公司	其他特色重点引导单位
32	中芯国际集成电路制造有限公司	其他特色重点引导单位
33	浙江水晶光电科技股份有限公司	其他特色重点引导单位

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

注:

1.单位所属类型包括部队、GF 国防领域；关键性、基础性和支柱性企业；重点高校、科研院所、党政机关、主流媒体、重要金融机构；省外综合性三甲医院、重要药企；战略性新兴产业领先企业；其他特色重点引导单位等。

2.标*的为重点引导研究生就业的单位。

做“王淦昌”式的好老师、培养“程开甲”式的卓越学子

后言

本次编写由物理学院学生会以及物理学院学生党支部负责，由邹安川老师提出设想，沈子建老师带领物理学院学生会的同学完成。在此特别感谢参与工作的各位同学！

编写工作的同学名单：金泊宇 唐浩翔 周德凯 邓越 龚喜皓 李刻石 夏炤周 曹力响 华展辉。

《手册》第一版存在诸多不足与缺陷，还请见谅。如有更改意见与修改想法，可发邮件至邮箱 zjuphyxgtw@163.com。

再次感谢您的阅读！

浙江大学物理学院学生会

2024年8月