



7-DAY LAUNCH ROADMAP

从想法到上线：7天应用落地路线图

把一个想法推进成真实可访问的线上应用

这份路线图展示的是一个可执行的上线节奏：先诊断和收敛，再做原型和工程实现，最后完成测试、部署和复盘。目标不是学完工具，而是拿到可验证的线上结果。

7天

推进节奏

每天一个明确产物

4段

工作流

诊断、原型、工程、上线

1个

结营应用

电脑和手机都能访问

适用对象

已经有一个具体想法的人

使用方式

按天推进，每天产生一个可验收结果

路线图总览

这 7 天不是平均学习 7 个工具，而是围绕一个目标推进：让你的第一版应用真实上线。每一天都必须有可检查产物，否则项目会变成“看起来在做，但没有结果”。

天数	当天主题	推进重点	验收产物
D1	明确项目方向	把想法从一句话拆成目标用户、真实问题、应用类型和第一版目标。当天不要急着做界面，先判断是否值得做、适不适合 7 天上线。	项目定位卡 + 初始诊断结果
D2	整理 PRD 与功能边界	把核心流程、模块清单、用户动作、输入输出和不做范围写清楚。PRD 不是厚文档，而是让 AI 和人都能理解的执行说明。	PRD + 第一版功能边界
D3	生成高保真原型	用 AI Studio 或同类工具把 PRD 转成可演示的系统界面，重点检查信息层级、核心流程和手机端阅读体验。	双端原型 + 首轮修改清单
D4	进入工程实现	用 Codex 把原型落成可运行工程，补齐表单、状态、数据结构、交互细节和基础错误提示。	本地可运行应用版本
D5	测试与体验优化	检查电脑端、平板端、手机端的布局稳定性；验证按钮、表单、列表、弹窗、空状态和错误状态。	测试记录 + 修复清单
D6	部署发布与域名配置	把应用发布到公网环境，完成域名、HTTPS、环境变量和基础访问检查。上线不是最后一步，而是验证开始。	公网链接 + 双端截图
D7	复盘收尾与宣发	整理上线案例、截图、说明文案、用户反馈入口和下一轮迭代计划，让应用从交付物变成可传播资产。	宣发素材包 + 迭代计划

I D1 | 明确项目方向

把想法从一句话拆成目标用户、真实问题、应用类型和第一版目标。当天不要急着做界面，先判断是否值得做、适不适合 7 天上线。

当天要完成什么

- 围绕当天目标完成最小必要动作。
- 只处理影响第一版上线的关键问题。
- 把当天产物保存成可复盘材料。

当天不要做什么

- 不要临时扩展复杂功能。
- 不要为了好看牺牲核心流程。
- 不要跳过验收直接进入下一步。

环节	检查问题	产物标准
输入	当天开始前需要准备什么？	信息、素材或前一天产物必须完整。
执行	今天最关键的推进动作是什么？	只服务于第一版上线结果。
验收	怎样判断今天完成了？	输出：项目定位卡 + 初始诊断结果



D2 | 整理 PRD 与功能边界

把核心流程、模块清单、用户动作、输入输出和不做范围写清楚。PRD 不是厚文档，而是让 AI 和人都能理解的执行说明。

当天要完成什么

- 围绕当天目标完成最小必要动作。
- 只处理影响第一版上线的关键问题。
- 把当天产物保存成可复盘材料。

当天不要做什么

- 不要临时扩展复杂功能。
- 不要为了好看牺牲核心流程。
- 不要跳过验收直接进入下一步。

环节	检查问题	产物标准
输入	当天开始前需要准备什么？	信息、素材或前一天产物必须完整。
执行	今天最关键的推进动作是什么？	只服务于第一版上线结果。
验收	怎样判断今天完成了？	输出：PRD + 第一版功能边界



D3 | 生成高保真原型

用 AI Studio 或同类工具把 PRD 转成可演示的系统界面，重点检查信息层级、核心流程和手机端阅读体验。

当天要完成什么

- 围绕当天目标完成最小必要动作。
- 只处理影响第一版上线的关键问题。
- 把当天产物保存成可复盘材料。

当天不要做什么

- 不要临时扩展复杂功能。
- 不要为了好看牺牲核心流程。
- 不要跳过验收直接进入下一步。

环节	检查问题	产物标准
输入	当天开始前需要准备什么？	信息、素材或前一天产物必须完整。
执行	今天最关键的推进动作是什么？	只服务于第一版上线结果。
验收	怎样判断今天完成了？	输出：双端原型 + 首轮修改清单



D4 | 进入工程实现

用 Codex 把原型落成可运行工程，补齐表单、状态、数据结构、交互细节和基础错误提示。

当天要完成什么

- 围绕当天目标完成最小必要动作。
- 只处理影响第一版上线的关键问题。
- 把当天产物保存成可复盘材料。

当天不要做什么

- 不要临时扩展复杂功能。
- 不要为了好看牺牲核心流程。
- 不要跳过验收直接进入下一步。

环节	检查问题	产物标准
输入	当天开始前需要准备什么？	信息、素材或前一天产物必须完整。
执行	今天最关键的推进动作是什么？	只服务于第一版上线结果。
验收	怎样判断今天完成了？	输出：本地可运行应用版本



D5 | 测试与体验优化

检查电脑端、平板端、手机端的布局稳定性；验证按钮、表单、列表、弹窗、空状态和错误状态。

当天要完成什么

- 围绕当天目标完成最小必要动作。
- 只处理影响第一版上线的关键问题。
- 把当天产物保存成可复盘材料。

当天不要做什么

- 不要临时扩展复杂功能。
- 不要为了好看牺牲核心流程。
- 不要跳过验收直接进入下一步。

环节	检查问题	产物标准
输入	当天开始前需要准备什么？	信息、素材或前一天产物必须完整。
执行	今天最关键的推进动作是什么？	只服务于第一版上线结果。
验收	怎样判断今天完成了？	输出：测试记录 + 修复清单



D6 | 部署发布与域名配置

把应用发布到公网环境，完成域名、HTTPS、环境变量和基础访问检查。上线不是最后一步，而是验证开始。

当天要完成什么

- 围绕当天目标完成最小必要动作。
- 只处理影响第一版上线的关键问题。
- 把当天产物保存成可复盘材料。

当天不要做什么

- 不要临时扩展复杂功能。
- 不要为了好看牺牲核心流程。
- 不要跳过验收直接进入下一步。

环节	检查问题	产物标准
输入	当天开始前需要准备什么？	信息、素材或前一天产物必须完整。
执行	今天最关键的推进动作是什么？	只服务于第一版上线结果。
验收	怎样判断今天完成了？	输出：公网链接 + 双端截图

D7 | 复盘收尾与宣发

整理上线案例、截图、说明文案、用户反馈入口和下一轮迭代计划，让应用从交付物变成可传播资产。

当天要完成什么

- 围绕当天目标完成最小必要动作。
- 只处理影响第一版上线的关键问题。
- 把当天产物保存成可复盘材料。

当天不要做什么

- 不要临时扩展复杂功能。
- 不要为了好看牺牲核心流程。
- 不要跳过验收直接进入下一步。

环节	检查问题	产物标准
输入	当天开始前需要准备什么？	信息、素材或前一天产物必须完整。
执行	今天最关键的推进动作是什么？	只服务于第一版上线结果。
验收	怎样判断今天完成了？	输出：宣发素材包 + 迭代计划



结营验收标准

7 天结束时，不用“感觉做得差不多”来判断，而要用明确证据验收。

必须拿到

- 一个正式公网访问链接。
- 桌面端和手机端核心流程截图。
- 表单或核心交互可正常完成。
- 上线问题和下一轮迭代清单。

可以暂不做

- 复杂后台权限。
- 完整支付交易闭环。
- 大型数据报表。
- 全平台 App 化。

路线图的本质是控制范围

第一版越克制，越容易上线；越想一步到位，越容易卡在半成品阶段。

先上线
再验证，再迭代