

DAILY CLOSING NOTES

收盘笔记 · 每日合集

PEIYUN PANHOU BIJI · WJ868.COM

2026年9月15日

全 20 篇收盘笔记

覆盖 20 个指数

含 1 篇完整版

每日收盘后自动更新

| **当天行情账** 开收高低、涨跌幅与量能，一页看全

| **位置与指标** 均线 / MACD / KDJ / 布林的结构位置

| **缺口与概率** 缺口账、参照区间与作废条件

| **周线月线** 更大级别的位置与九周期矩阵

每日二十篇 · 精品收盘笔记

阅读完整内容：网站 wj868.com · 小程序「沛筠盘后笔记」· 公众号回复「合订本」领合集

免责声明：本合集仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。数据来自公开行情整理，可能有误差，以交易所为准。市场有风险，决策需独立判断。

目录

1. 深证成指(399001) 13287.97: 下跌 0.72% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
2. 创业板指(399006) 3247.92: 下跌 1.15% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
3. 国证2000(399303) 9725.85: 下跌 0.63% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
4. 中证新能源汽车(399808) 2233.67: 下跌 1.06% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
5. 中证军工(399967) 11534.86: 缩量 24.67%, 跌落60日线 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
6. 证券公司(399975) 728.75: 缩量 39.69%, 五线全失 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
7. 中证银行(399986) 7566.95: 下跌 1.33% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
8. 中证白酒(399997) 6204.94: 缩量 41.25%, 五线全失 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
9. 中证人工智能(930713) 5721.91: 缩量 18.05%, 五线全失 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
10. 国证半导体芯片(980017) 15860.01: 上涨 1.83% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
11. 上证指数(000001) 3864.28: 下跌 0.54% ([全文完整版](#))
12. 上证50(000016) 2846.31: 下跌 0.52% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
13. 沪深300(000300) 4450.04: 下跌 0.67% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
14. 科创综指(000680) 1824.52: 上涨 0.73% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
15. 科创50(000688) 1551.96: 上涨 1.55% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
16. 中证1000(000852) 7437.70: 下跌 0.41% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
17. 中证500(000905) 7561.59: 下跌 0.13% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
18. 中证红利(000922) 5534.25: 缩量 23.53%, 退守60日线 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
19. 中证医药(000933) 7647.07: 缩量 27.27%, 五线全失 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
20. 中证全指(000985) 5723.69: 下跌 0.66% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))

深证成指(399001) 13287.97：下跌 0.72%

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月15日，周二。深证成指(399001)开在 **13362.17**，收在 **13287.97**，跌 96.60 个点，**-0.72%**。这是连续第 4 个交易日下跌

全天最高 13484.00、最低 13273.31，收盘离全天最低只差 14.66 个点，收盘收在日内低侧。

收盘 **13287.97**，离 13300.00 整数关口只有 12.03 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。



一、今天的账

项目	数值
开盘	13362.17
最高	13484.00
最低	13273.31
收盘	13287.97
涨跌幅	-0.72% (-96.60 点)
日内振幅	210.69 点 (1.57%)

深市成交额	8487.34 亿
5 日均额	9515.44 亿
量比	0.90

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	13496.96	下方 208.99
日线 MA10	13571.65	下方 283.68
日线 MA20 (= 布林中轨)	13747.22	下方 459.25
日线 MA30	13949.04	下方 661.07
日线 MA60	14328.03	下方 1040.06
日线 MA120	14689.71	下方 1401.74
日线 MA250	14097.82	下方 809.85
日线布林上轨	14182.76	下方 894.79
日线布林下轨	13311.69	下方 23.72

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5 (13496.96)，再谈结构修复。

三、指标：绿柱第 10 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-160.41	-154.16	-12.51
09/10	-162.56	-155.84	-13.45
09/11	-174.08	-159.49	-29.18
09/14	-188.03	-165.20	-45.66
09/15	-204.52	-173.06	-62.92

绿柱在放大（昨天 -45.66）。DIF 从昨天的 -188.03 走到 **-204.52**，DEA -173.06。KDJ 这边：K 值 19.84、D 值 26.81、**J 值 5.89**。K 值 19.84 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 23.41、RSI14 36.31——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

形态归形态，最后还得问一句：背后有多少钱在换手。

四、量能：缩了 11.60 亿

深市成交额 **8487.34 亿**，全天比前五个交易日的均值缩了 **10.80%**（量比 0.90）。价跌量缩、振幅也在收，比放量下跌温和——但它的含义不是「跌不动了」，而是**这个位置愿意接的人不多**。

量能这时候像**退潮的水位**——滩涂露出来多少，接盘的意愿就有多浅。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.90，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，深证成指 排在**第 15 位（跌0.72%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

换手归换手，价格图上没补的缺口，还在原地等着。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。

五、盘中异动与复盘

早盘开盘，上证高开 0.1%，深证低开 0.2%，创业板低开 0.3%，科创板低开 0.4%。开盘后，上证率先拉升，带动大盘走高，午后在 3400 点附近震荡整理。

盘中，上证一度冲高至 3420 点，随后回落，午后在 3400 点附近震荡整理。创业板则在午后发力，一度冲高至 2100 点，随后回落，午后在 2050 点附近震荡整理。

尾盘，上证收涨 0.1%，深证收跌 0.2%，创业板收涨 0.3%，科创板收跌 0.4%。全天成交量较前五个交易日缩量 10.80%。

复盘来看，今日市场整体呈现缩量整理态势。上证在午后发力，带动大盘走高，午后在 3400 点附近震荡整理。创业板则在午后发力，一度冲高至 2100 点，随后回落，午后在 2050 点附近震荡整理。

明日市场关注点：1. 量能是否持续缩量；2. 创业板是否继续发力；3. 上证是否突破 3400 点。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

创业板指(399006) 3247.92：下跌 1.15%

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月15日，周二。创业板指(399006)开在 **3280.85**，收在 **3247.92**，跌 37.66 个点，**-1.15%**。这是连续第 6 个交易日下跌

全天最高 3315.33、最低 3245.06，收盘离全天最低只差 2.86 个点，收盘收在日内低侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	3280.85
最高	3315.33
最低	3245.06
收盘	3247.92
涨跌幅	-1.15% (-37.66 点)
日内振幅	70.27 点 (2.14%)
创业板成交额	3913.37 亿
5 日均额	4323.11 亿

量比	0.90
----	------

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	3309.79	下方 61.87
日线 MA10	3321.87	下方 73.95
日线 MA20（=布林中轨）	3385.37	下方 137.45
日线 MA30	3455.59	下方 207.67
日线 MA60	3613.98	下方 366.06
日线 MA120	3687.79	下方 439.87
日线 MA250	3428.30	下方 180.38
日线布林上轨	3539.11	下方 291.19
日线布林下轨	3231.64	上方 16.28

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5（3309.79），再谈结构修复。

三、指标：绿柱第 16 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-67.30	-65.53	-3.55
09/10	-66.34	-65.69	-1.30
09/11	-66.14	-65.78	-0.72
09/14	-68.13	-66.25	-3.77
09/15	-71.92	-67.38	-9.08

绿柱在放大（昨天 -3.77）。DIF 从昨天的 -68.13 走到 **-71.92**，DEA -67.38。KDJ 这边：K 值 19.12、D 值 26.04、**J 值 5.28**。K 值 19.12 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 25.64、RSI14 36.92——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

形态归形态，最后还得问一句：背后有多少钱在换手。

四、量能：缩了 93.39 亿

创业板成交额 **3913.37 亿**，量能平稳（-9.48%，量比 0.90），买卖双方都按兵不动，这种平量日子看不出方向，跟着后面的点位区间走更实际。

平量的日子，市场像**一口没烧开水**——温着，等一个敢把它推过沸点的力量。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.90，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，创业板指 排在**第 19 位（跌1.15%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

换手归换手，价格图上没补的缺口，还在原地等着。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

国证2000(399303) 9725.85：下跌 0.63%

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09 月 15 日，周二。国证2000(399303)开在 **9770.18**，收在 **9725.85**，跌 61.40 个点，**-0.63%**。

全天最高 9846.26、最低 9714.78，收盘离全天最低只差 11.07 个点，收盘收在日内低侧。

收盘 **9725.85**，离 9700.00 整数关口只有 25.85 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。



一、今天的账

项目	数值
开盘	9770.18
最高	9846.26
最低	9714.78
收盘	9725.85
涨跌幅	-0.63% (-61.40 点)
日内振幅	131.48 点 (1.34%)

国证2000成分股成交额	5143.50 亿
5 日均额	5735.46 亿
量比	0.87

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	9829.12	下方 103.27
日线 MA10	9897.26	下方 171.41
日线 MA20 (= 布林中轨)	9910.14	下方 184.29
日线 MA30	9957.54	下方 231.69
日线 MA60	10027.99	下方 302.14
日线 MA120	10484.78	下方 758.93
日线 MA250	10283.28	下方 557.43
日线布林上轨	10160.22	下方 434.37
日线布林下轨	9660.05	上方 65.80

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5 (9829.12)，再谈结构修复。

三、MACD 与 KDJ

日期	DIF	DEA	柱
09/09	+26.73	+18.23	+17.00
09/10	+18.25	+18.23	+0.03
09/11	-4.21	+13.74	-35.91
09/14	-15.22	+7.95	-46.35
09/15	-28.57	+0.65	-58.44

绿柱在放大（昨天 -46.35）。DIF 从昨天的 -15.22 走到 **-28.57**，DEA +0.65。KDJ 这边：K 值 41.74、D 值 48.40、**J 值 28.43**。J 值从昨天 32.54 回落，短线冲劲在退。RSI6 34.51、RSI14 43.87——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

形态归形态，最后还得问一句：背后有多少钱在换手。

四、量能：缩了 82.54 亿

国证2000成分股成交额 **5143.50 亿**，量能缩了 **10.32%**，折算量比只有 0.87。下跌缩量说明恐慌盘没涌出来，可买盘同样没进场——这种缩量阴线，方向要等放量那天才作数。

缩量的日子像**蓄水池没进水**：水位不动，谁也推不出一波像样的行情。

情绪面记一笔：今天的高低点双双高过昨天，**价格重心在抬**，量比 0.87，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。顺带一个历史口径：上证全史里「高低点同时抬升」的日子，其后 5 日上涨概率约 56%（同期基线约 53%）——**重心抬升偏暖，但只是弱倾向，不足以当作方向依据**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，国证2000 排在**第 11 位（跌0.63%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

换手归换手，价格图上没补的缺口，还在原地等着。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证新能源汽车(399808) 2233.67：下跌 1.06%

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09 月 15 日，周二。中证新能源汽车(399808)开在 **2250.39**，收在 **2233.67**，跌 23.93 个点， **-1.06%**。

全天最高 2273.52、最低 2229.88，收盘离全天最低只差 3.79 个点，收盘收在日内低侧。

本周此前 1 个交易日累计涨 17.63 个点，今天一天跌回去 23.93 个点——把涨的全吐回去还多跌 6.30 个点。



一、今天的账

项目	数值
开盘	2250.39
最高	2273.52
最低	2229.88
收盘	2233.67
涨跌幅	-1.06% (-23.93 点)
日内振幅	43.64 点 (1.93%)

新能源车板块成交额	719.34 亿
5 日均额	635.53 亿
量比	1.12

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	2261.78	下方 28.11
日线 MA10	2279.66	下方 45.99
日线 MA20（= 布林中轨）	2349.56	下方 115.89
日线 MA30	2402.51	下方 168.84
日线 MA60	2476.64	下方 242.97
日线 MA120	2769.69	下方 536.02
日线 MA250	2812.36	下方 578.69
日线布林上轨	2500.38	下方 266.71
日线布林下轨	2198.74	上方 34.93

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA60 全在头顶，意味着这一个月追进去的资金多数已被套，反弹每逼近一条均线都会先遇到解套盘。最近的一道在 MA5 (2261.78)。

三、指标：绿柱第 13 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-54.34	-44.86	-18.96
09/10	-55.31	-46.95	-16.71
09/11	-58.72	-49.30	-18.83
09/14	-59.31	-51.30	-16.01
09/15	-61.01	-53.25	-15.53

绿柱在收窄（昨天 -16.01）。DIF 从昨天的 -59.31 走到 **-61.01**，DEA -53.25。KDJ 这边：K 值 23.73、D 值 19.02、**J 值 33.16**。J 值从昨天 37.68 回落，短线冲劲在退。RSI6 23.69、RSI14 31.54——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

指标翻完篇，回到最实在的一件事——今天市场花了多少钱。

四、量能：放了 102.35 亿

新能源车板块成交额 **719.34** 亿，和前五个交易日的均值差不多（13.19%，量比 1.12）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。

平量的日子，市场像**一口没烧开的水**——温着，等一个敢把它推过沸点的力量。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 1.12，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证新能源汽车 排在**第 18 位（跌1.06%）**；最强的是 **国证半导体芯片**（涨1.83%），最弱的是 **中证银行**（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

钱的事说完，再看地图上没填的坑。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证军工(399967) 11534.86：缩量 24.67%，跌落60日线

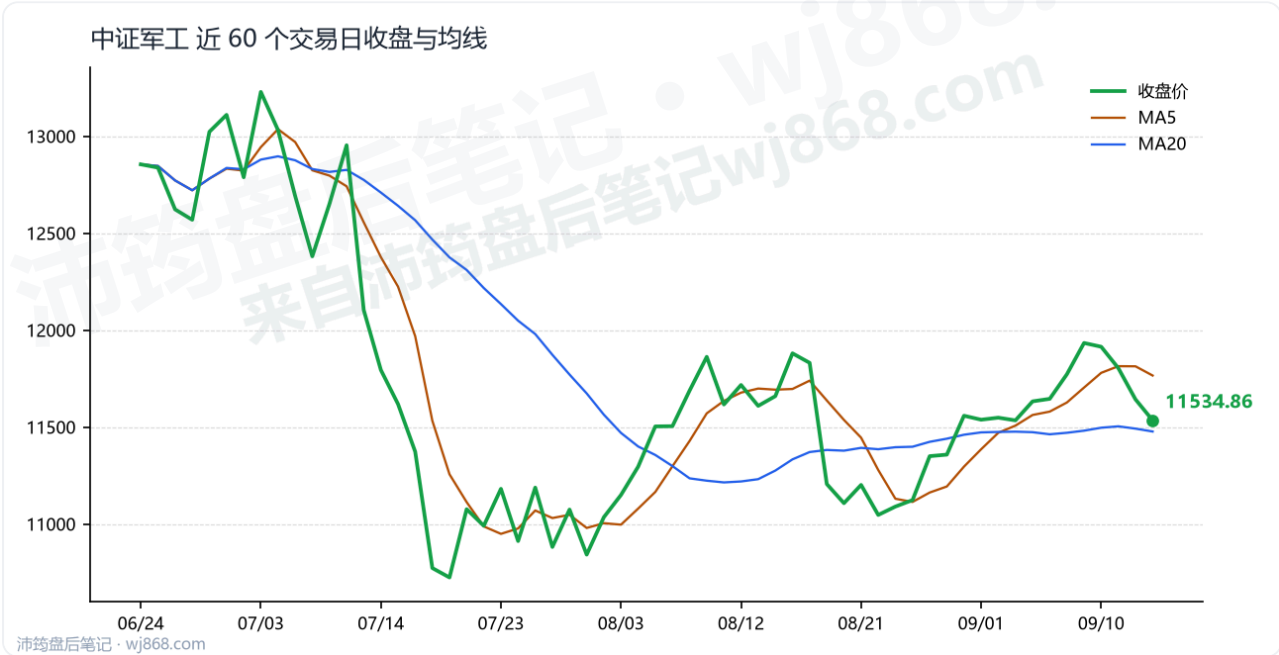
沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月15日，周二。中证军工(399967)开在 **11599.72**，收在 **11534.86**，跌 108.15 个点，**-0.93%**。这是连续第 4 个交易日下跌

全天最高 11671.28、最低 11523.42，收盘离全天最低只差 11.44 个点，收盘收在日内低侧。

收盘 **11534.86**，离 11500.00 整数关口只有 34.86 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。



一、今天的账

项目	数值
开盘	11599.72
最高	11671.28
最低	11523.42
收盘	11534.86
涨跌幅	-0.93% (-108.15 点)
日内振幅	147.86 点 (1.27%)

军工板块成交额	399.73 亿
5 日均额	530.62 亿
量比	0.73

振幅 1.27%，是近 20 个交易日里第 2 窄的一天——波动被压到极致，市场在等一个方向表态。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	11766.05	下方 231.19
日线 MA10	11696.47	下方 161.61
日线 MA20（= 布林中轨）	11477.33	上方 57.53
日线 MA30	11547.36	下方 12.50
日线 MA60	11719.74	下方 184.88
日线 MA120	12700.95	下方 1166.09
日线 MA250	13080.81	下方 1545.95
日线布林上轨	12019.89	下方 485.03
日线布林下轨	10934.78	上方 600.08

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA20 全在头顶，意味着这一个月追进去的资金多数已被套，反弹每逼近一条均线都会先遇到解套盘。最近的一道在 MA20（11477.33）。

三、指标：红柱连续第 13 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	+44.69	-32.28	+153.94
09/10	+66.90	-12.44	+158.70
09/11	+74.75	+4.99	+139.50
09/14	+67.19	+17.43	+99.51
09/15	+51.87	+24.32	+55.11

红柱在收窄（昨天 +99.51）。DIF 从昨天的 +67.19 走到 +51.87，DEA +24.32。KDJ 这边：K 值 44.83、D 值 63.74、J 值 7.01。K 值 44.83 已在超卖区。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上

「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 38.45、RSI14 48.12——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴上方运行，多头环境还在——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

形态归形态，最后还得问一句：背后有多少钱在换手。

四、量能：缩了 106.41 亿

军工板块成交额 **399.73 亿**，量能缩了 **24.67%**，折算量比只有 0.73。下跌缩量说明恐慌盘没涌出来，可买盘同样没进场——这种缩量阴线，方向要等放量那天才作数。

缩量的日子像**蓄水池没进水**：水位不动，谁也推不出一波像样的行情。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.73，振幅收在近 20 日最窄的一档，**观望温吞**，多空都还没急眼。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证军工 排在**第 17 位（跌0.93%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

换手归换手，价格图上没补的缺口，还在原地等着。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

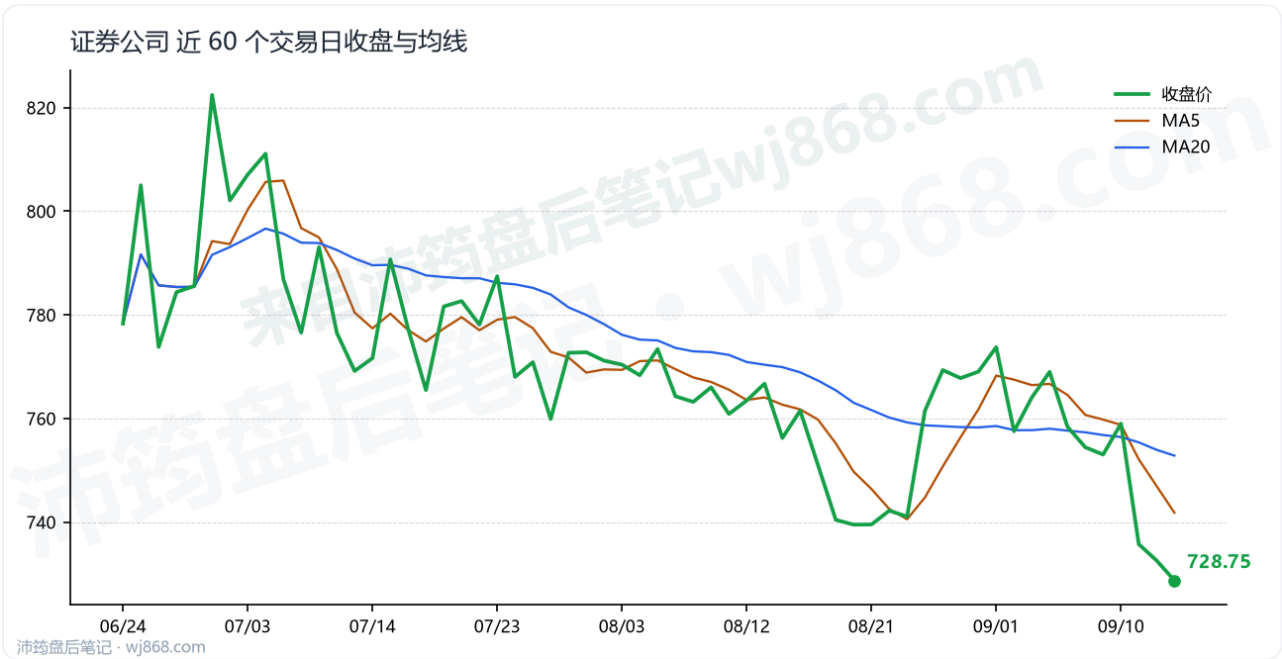
证券公司(399975) 728.75：缩量 39.69%，五线全失

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09 月 15 日，周二。证券公司(399975)开在 **731.84**，收在 **728.75**，跌 3.85 个点，**-0.53%**。这是连续第 3 个交易日下跌

全天最高 733.42、最低 727.94，收盘离全天最低只差 0.81 个点，收盘收在日内低侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	731.84
最高	733.42
最低	727.94
收盘	728.75
涨跌幅	-0.53% (-3.85 点)
日内振幅	5.48 点 (0.75%)
证券板块成交额	134.32 亿
5 日均额	222.70 亿
量比	0.62

振幅 0.75%，是近 20 个交易日里第 2 窄的一天——波动被压到极致，市场在等一个方向表态。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	741.83	下方 13.08
日线 MA10	751.26	下方 22.51
日线 MA20（= 布林中轨）	752.85	下方 24.10
日线 MA30	756.13	下方 27.38
日线 MA60	769.09	下方 40.34
日线 MA120	755.44	下方 26.69
日线 MA250	804.30	下方 75.55
日线布林上轨	780.40	下方 51.65
日线布林下轨	725.30	上方 3.45

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA60 全在头顶，意味着这一个月追进去的资金多数已被套，反弹每逼近一条均线都会先遇到解套盘。最近的一道在 MA5（741.83）。

三、MACD 与 KDJ

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-1.41	-1.64	+0.47
09/10	-1.33	-1.58	+0.50
09/11	-3.11	-1.89	-2.45
09/14	-4.73	-2.46	-4.54
09/15	-6.24	-3.21	-6.06

绿柱在放大（昨天 -4.54）。DIF 从昨天的 -4.73 走到 -6.24，DEA -3.21。KDJ 这边：K 值 13.35、D 值 26.15、J 值 -12.26。K 值 13.35 已在超卖区。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 23.43、RSI14 35.57——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

形态归形态，最后还得问一句：背后有多少钱在换手。

四、量能：缩了 36.42 亿

证券板块成交额 **134.32 亿**，量能缩了 **39.69%**，折算量比只有 0.62。下跌缩量说明恐慌盘没涌出来，可买盘同样没进场——这种缩量阴线，方向要等放量那天才作数。

缩量的日子像**蓄水池没进水**：水位不动，谁也推不出一波像样的行情。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.62，交投偏冷，振幅收在近 20 日最窄的一档，**观望温吞**，多空都还没急眼。

横向记一笔：今日 20 指数同台，证券公司 排在**第 8 位（跌0.53%）**；最强的是 **国证半导体芯片**（涨1.83%），最弱的是 **中证银行**（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

换手归换手，价格图上没补的缺口，还在原地等着。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证银行(399986) 7566.95：下跌 1.33%

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

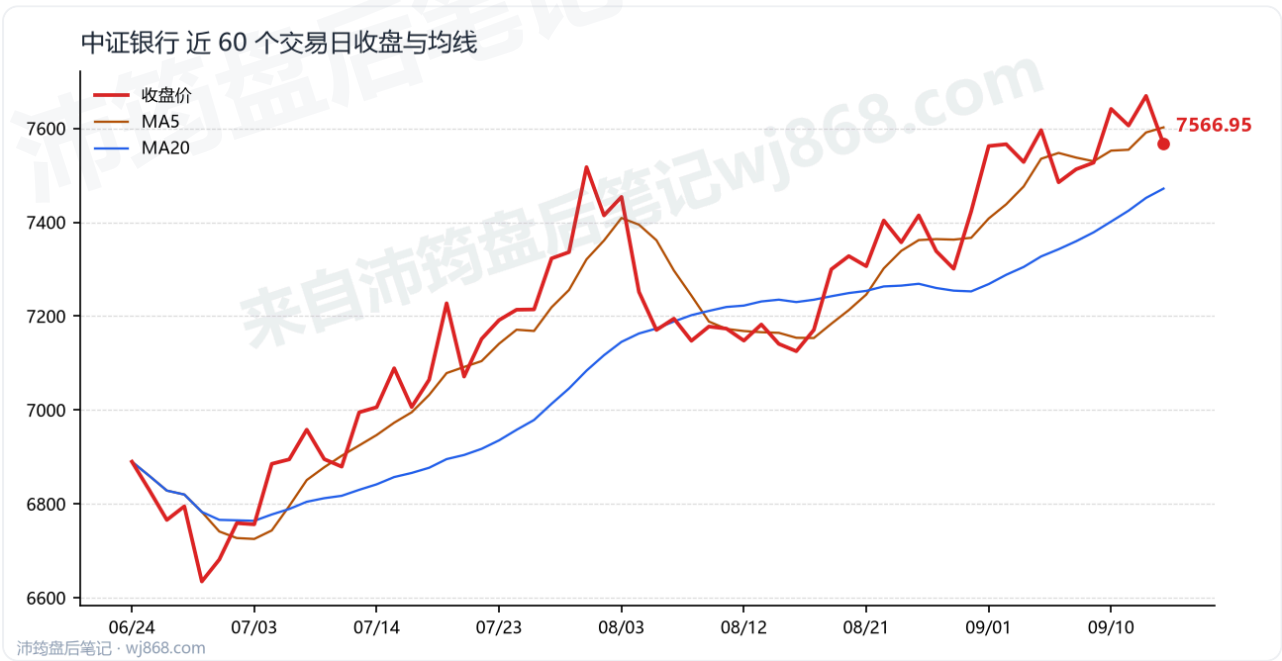
本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月15日，周二。中证银行(399986)开在 **7655.41**，收在 **7566.95**，跌 102.20 个点， **-1.33%**。

全天最高 7655.41、最低 7554.21，收盘离全天最低只差 12.74 个点，收盘收在日内低侧。

开盘就比昨天的收盘低 13.74 个点，这个位置之后全天没有回上去过——**昨天的收盘价，成了今天碰不到的天花板。**

本周此前 1 个交易日累计涨 63.08 个点，今天一天跌回去 102.20 个点——把涨的全吐回去还多跌 39.12 个点。



一、今天的账

项目	数值
开盘	7655.41
最高	7655.41
最低	7554.21

收盘	7566.95
涨跌幅	-1.33% (-102.20 点)
日内振幅	101.20 点 (1.32%)
银行板块成交额	247.28 亿
5 日均额	261.77 亿
量比	0.94

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	7602.13	下方 35.18
日线 MA10	7569.96	下方 3.01
日线 MA20 (= 布林中轨)	7471.73	上方 95.22
日线 MA30	7368.86	上方 198.09
日线 MA60	7203.67	上方 363.28
日线 MA120	7202.24	上方 364.71
日线 MA250	7335.27	上方 231.68
日线布林上轨	7709.85	下方 142.90
日线布林下轨	7233.61	上方 333.34

均线缠绕：MA20/30/60 在脚下、MA5/10 在头上，多空成本纠缠在一起，方向感一般，等收盘价和量能一起表态。

位置变化里最扎眼的一条：MA5 昨天还在脚下当支撑，今天反过来压到头上——**同一条均线，一天之内从垫脚石变成天花板。**

三、指标：红柱连续第 18 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	+91.39	+82.55	+17.68
09/10	+98.48	+85.74	+25.49
09/11	+100.09	+88.61	+22.97
09/14	+105.25	+91.94	+26.62
09/15	+99.93	+93.53	+12.79

红柱在收窄（昨天 +26.62）。DIF 从昨天的 +105.25 走到 **+99.93**，DEA +93.53。KDJ 这边：K 值 69.00、D 值 75.41、**J 值 56.19**。J 值从昨天 88.03 回落，短线冲劲在退。RSI6 52.69、RSI14 57.87，都在中性区。

今天 KDJ 死叉。同理，单指标翻空的信息量有限，历史上单边死叉不构成明显劣势——先看量价配合，再下结论。

把镜头拉到近 20 日区间（7201.29 ~ 7702.61）：昨天收盘还挂在区间的 93.3% 分位，今天掉到 **72.9%**。

指标翻完篇，回到最实在的一件事——今天市场花了多少钱。

四、量能：缩了 31.80 亿

银行板块成交额 **247.28** 亿，和前五个交易日的均值差不多（-5.54%，量比 0.94）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。

平量像**匀速行驶的公交**——不快不慢，到不到站要看路况给不给机会。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.94，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证银行 排在**第 20 位（跌1.33%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 **中证银行**（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

钱的事说完，再看地图上没填的坑。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

中证白酒(399997) 6204.94：缩量 41.25%，五线全失

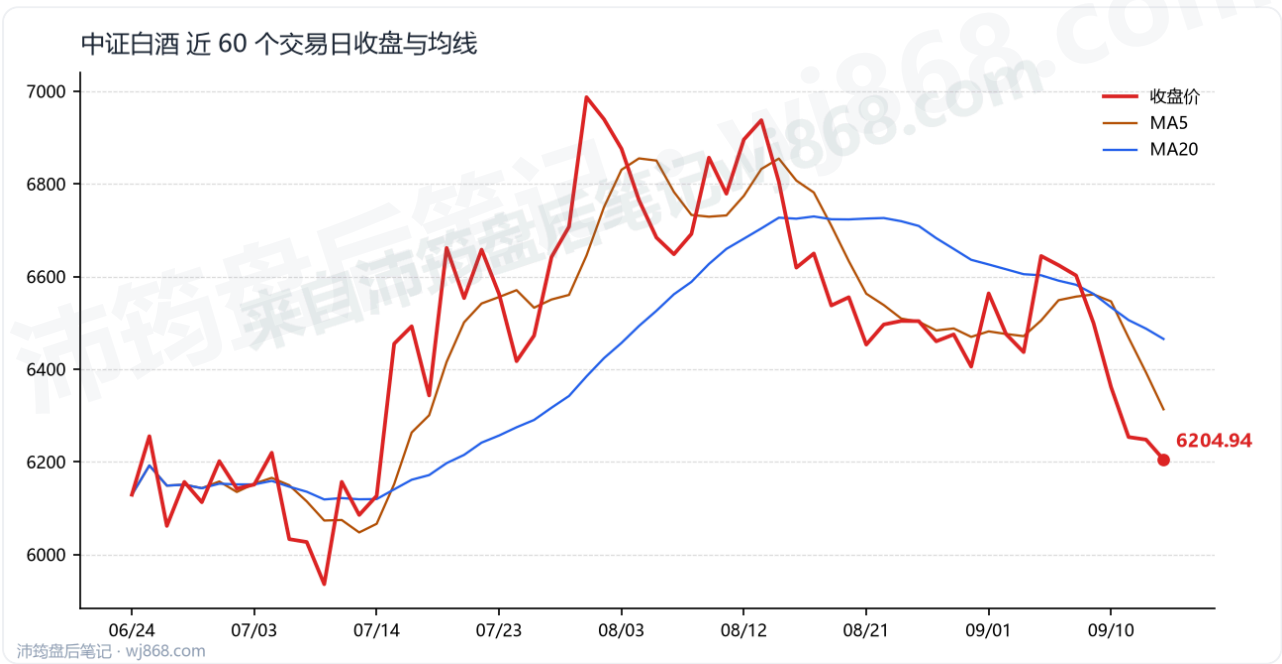
沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月15日，周二。中证白酒(399997)开在 **6265.04**，收在 **6204.94**，跌 42.89 个点，**-0.69%**。这是连续第 7 个交易日下跌

全天最高 6267.51、最低 6204.94，收盘**正好压在全天最低点上**。

收盘 **6204.94**，离 6200.00 整数关口只有 4.94 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。



一、今天的账

项目	数值
开盘	6265.04
最高	6267.51
最低	6204.94
收盘	6204.94
涨跌幅	-0.69% (-42.89 点)
日内振幅	62.57 点 (1.00%)
白酒板块成交额	44.99 亿

5 日均额	76.57 亿
量比	0.57

振幅 1.00%，是近 20 个交易日里第 3 窄的一天——波动被压到极致，市场在等一个方向表态。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	6313.24	下方 108.30
日线 MA10	6434.88	下方 229.94
日线 MA20（= 布林中轨）	6465.08	下方 260.14
日线 MA30	6562.22	下方 357.28
日线 MA60	6469.83	下方 264.89
日线 MA120	6884.32	下方 679.38
日线 MA250	8100.63	下方 1895.69
日线布林上轨	6701.55	下方 496.61
日线布林下轨	6228.62	下方 23.68

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5（6313.24），再谈结构修复。

三、指标：绿柱第 4 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-18.24	-20.89	+5.30
09/10	-31.75	-23.06	-17.37
09/11	-50.57	-28.56	-44.00
09/14	-65.17	-35.88	-58.57
09/15	-79.29	-44.57	-69.45

绿柱在放大（昨天 -58.57）。DIF 从昨天的 -65.17 走到 **-79.29**，DEA -44.57。KDJ 这边：K 值 11.41、D 值 24.04、**J 值 -13.85**。K 值 11.41 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 22.64、RSI14 35.92——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

形态归形态，最后还得问一句：背后有多少钱在换手。

四、量能：缩了 6.54 亿

白酒板块成交额 **44.99** 亿，全天比前五个交易日的均值缩了 **41.25%**（量比 0.57）。价跌量缩、振幅也在收，比放量下跌温和——但它的含义不是「跌不动了」，而是**这个位置愿意接的人不多**。

量能这时候像**退潮的水位**——滩涂露出来多少，接盘的意愿就有多浅。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.57，交投偏冷，振幅收在近 20 日最窄的一档，**观望温吞**，多空都还没急眼。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证白酒 排在**第 14 位（跌0.69%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

换手归换手，价格图上没补的缺口，还在原地等着。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证人工智能(930713) 5721.91：缩量 18.05%，五线全失

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月15日，周二。中证人工智能(930713)开在 **5719.14**，收在 **5721.91**，涨 6.20 个点，**+0.11%**。结束了此前连续 5 个交易日的下跌

全天最高 5819.43、最低 5709.89，收盘离全天最低只差 12.02 个点，收盘收在日内高侧。

收盘 **5721.91**，离 5700.00 整数关口只有 21.91 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。



一、今天的账

项目	数值
开盘	5719.14
最高	5819.43
最低	5709.89
收盘	5721.91
涨跌幅	+0.11% (6.20 点)
日内振幅	109.54 点 (1.92%)

人工智能板块成交额	863.73 亿
5 日均额	1053.91 亿
量比	0.88

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	5799.01	下方 77.10
日线 MA10	5872.52	下方 150.61
日线 MA20 (= 布林中轨)	5910.20	下方 188.29
日线 MA30	6058.69	下方 336.78
日线 MA60	6441.52	下方 719.61
日线 MA120	6350.89	下方 628.98
日线 MA250	5778.06	下方 56.15
日线布林上轨	6140.48	下方 418.57
日线布林下轨	5679.92	上方 41.99

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA5 (5799.01) 。

三、MACD 与 KDJ

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-119.29	-134.72	+30.87
09/10	-121.97	-132.17	+20.40
09/11	-123.34	-130.41	+14.13
09/14	-131.68	-130.66	-2.03
09/15	-136.21	-131.77	-8.88

绿柱在放大（昨天 -2.03）。DIF 从昨天的 -131.68 走到 **-136.21**，DEA -131.77。KDJ 这边：K 值 18.90、D 值 27.87、**J 值 0.97**。K 值 18.90 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 29.30、RSI14 38.64——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

形态归形态，最后还得问一句：背后有多少钱在换手。

四、量能：缩了 92.78 亿

人工智能板块成交额 **863.73 亿**，涨着缩量（缩 **18.05%**，量比 0.88），反弹质量要存疑，得等放量确认才作数。

缩量的日子像**蓄水池没进水**：水位不动，谁也推不出一波像样的行情。

情绪面记一笔：今天的高低点双双高过昨天，**价格重心在抬**，量比 0.88，振幅收在近 20 日最窄的一档，**观望温吞**，多空都还没急眼。顺带一个历史口径：上证全史里「高低点同时抬升」的日子，其后 5 日上涨概率约 56%（同期基线约 53%）——**重心抬升偏暖，但只是弱倾向，不足以当作方向依据**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证人工智能 排在**第 4 位（涨0.11%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

换手归换手，价格图上没补的缺口，还在原地等着。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

国证半导体芯片(980017) 15860.01：上涨 1.83%

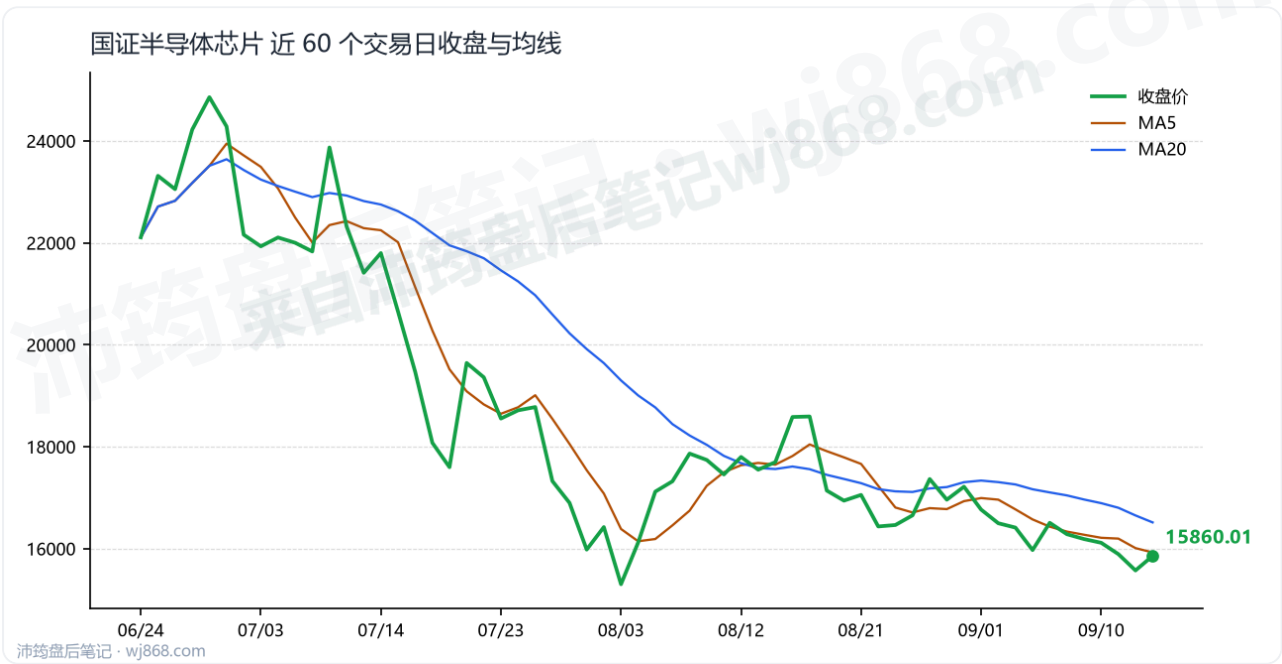
沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月15日，周二。国证半导体芯片(980017) 开在 **15521.59**，收在 **15860.01**，涨 285.36 个点，**+1.83%**。结束了此前连续 5 个交易日的下跌

全天最高 16154.89、最低 15521.59，收盘收在日内高侧。

昨天跌掉的 320.52 个点，今天收回了**约 9 成**——这一笔先对上账，剩下的小半接着看。



一、今天的账

项目	数值
开盘	15521.59
最高	16154.89
最低	15521.59
收盘	15860.01
涨跌幅	+1.83% (285.36 点)
日内振幅	633.30 点 (4.07%)
芯片板块成交额	845.54 亿

5 日均额	806.32 亿
量比	0.93

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	15927.61	下方 67.61
日线 MA10	16132.45	下方 272.44
日线 MA20（= 布林中轨）	16517.29	下方 657.28
日线 MA30	16936.51	下方 1076.51
日线 MA60	18639.14	下方 2779.14
日线 MA120	17341.28	下方 1481.27
日线 MA250	15159.31	上方 700.70
日线布林上轨	17486.96	下方 1626.96
日线布林下轨	15547.62	上方 312.39

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA5（15927.61）。

三、指标：绿柱第 8 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-485.61	-482.96	-5.31
09/10	-487.24	-483.82	-6.85
09/11	-500.70	-487.19	-27.01
09/14	-531.10	-495.97	-70.25
09/15	-526.10	-502.00	-48.20

绿柱在收窄（昨天 -70.25）。DIF 从昨天的 -531.10 走到 **-526.10**，DEA -502.00。KDJ 这边：K 值 23.33、D 值 23.92、**J 值 22.16**。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 38.22、RSI14 40.27——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

指标翻完篇，回到最实在的一件事——今天市场花了多少钱。

四、量能：放了 144.68 亿

芯片板块成交额 **845.54 亿**，量能平稳（4.86%，量比 0.93），买卖双方都按兵不动，这种平量日子看不出方向，跟着后面的点位区间走更实际。

平量的日子，市场像**一口没烧开的水**——温着，等一个敢把它推过沸点的力量。

情绪面记一笔：今天的高低点双双高过昨天，**价格重心在抬**，量比 0.93，振幅排进近 20 日最宽的一档，**盘中分歧充分**，该换手的筹码都换过手了。顺带一个历史口径：上证全史里「高低点同时抬升」的日子，其后 5 日上涨概率约 56%（同期基线约 53%）——**重心抬升偏暖，但只是弱倾向，不足以当作方向依据**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，国证半导体芯片 排在**第 1 位（涨1.83%）**；最强的是**国证半导体芯片**（涨1.83%），最弱的是 **中证银行**（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

钱的事说完，再看地图上没填的坑。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

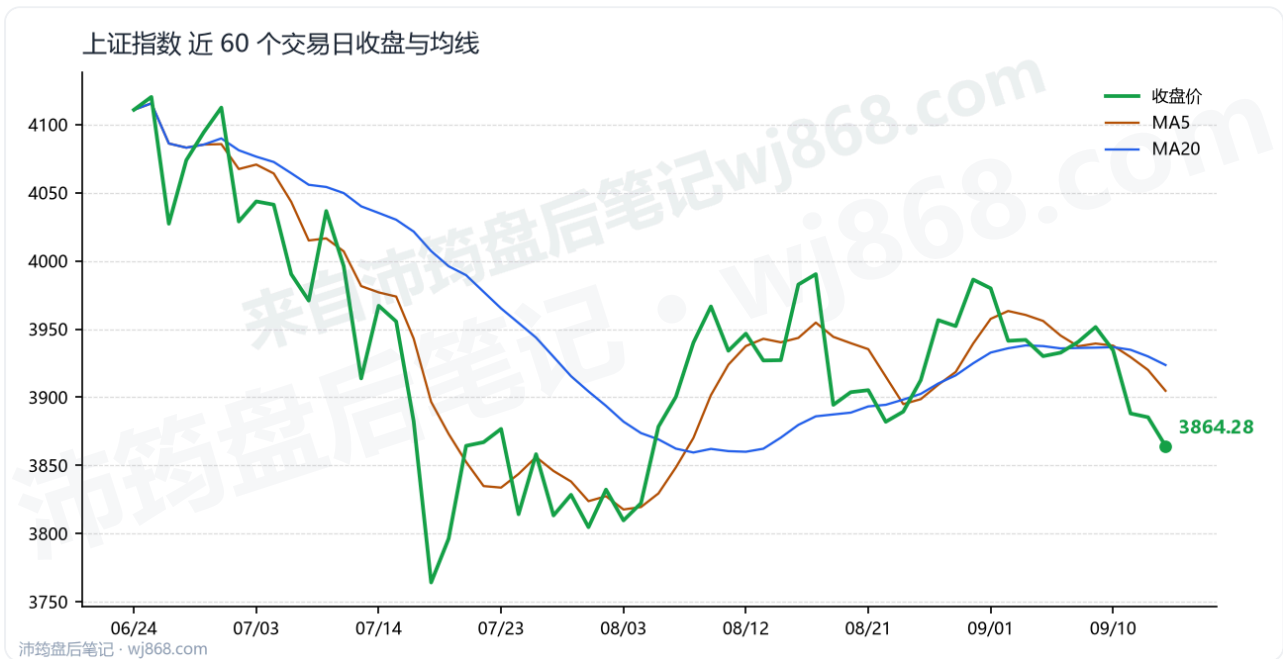
上证指数(000001) 3864.28：下跌 0.54%

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09 月 15 日，周二。上证指数(000001)开在 **3879.73**，收在 **3864.28**，跌 21.05 个点，**-0.54%**。这是连续第 4 个交易日下跌

全天最高 3891.62、最低 3858.15，收盘收在日内低侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	3879.73
最高	3891.62
最低	3858.15
收盘	3864.28
涨跌幅	-0.54% (-21.05 点)
日内振幅	33.47 点 (0.86%)
沪市成交额	7639.83 亿
5 日均额	8612.88 亿
量比	0.86

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	3904.73	下方 40.45
日线 MA10	3921.05	下方 56.77
日线 MA20（=布林中轨）	3923.64	下方 59.36
日线 MA30	3928.87	下方 64.59
日线 MA60	3933.06	下方 68.78
日线 MA120	3998.06	下方 133.78
日线 MA250	3988.76	下方 124.48
日线布林上轨	3989.69	下方 125.41
日线布林下轨	3857.58	上方 6.70

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA60 全在头顶，意味着这一个月追进去的资金多数已被套，反弹每逼近一条均线都会先遇到解套盘。最近的一道在 MA5（3904.73）。

三、MACD 与 KDJ

日期	DIF	DEA	柱
09/09	+7.37	+6.31	+2.13
09/10	+6.36	+6.32	+0.08
09/11	+1.80	+5.41	-7.23
09/14	-2.02	+3.93	-11.89
09/15	-6.66	+1.81	-16.94

绿柱在放大（昨天 -11.89）。DIF 从昨天的 -2.02 走到 **-6.66**，DEA +1.81。KDJ 这边：K 值 24.73、D 值 35.70、**J 值 2.79**。K 值 24.73 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 22.21、RSI14 39.53——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

指标翻完篇，回到最实在的一件事——今天市场花了多少钱。

四、量能：缩了 152.98 亿

沪市成交额 **7639.83 亿**，全天比前五个交易日的均值缩了 **11.30%**（量比 0.86）。价跌量缩、振幅也在收，比放量下跌温和——但它的含义不是「跌不动了」，而是**这个位置愿意接的人不多**。

缩量像**灶火调到了小火**——锅还在，就是烧不开，急也没用。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.86，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，上证指数 排在**第 9 位（跌0.54%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

◆ 对照笔记：[国证半导体芯片\(980017\)](#) 15860.01：上涨 1.83%

◆ 对照笔记：[中证银行\(399986\)](#) 7566.95：下跌 1.33%

钱的事说完，再看地图上没填的坑。

五、还有 2 道缺口没补

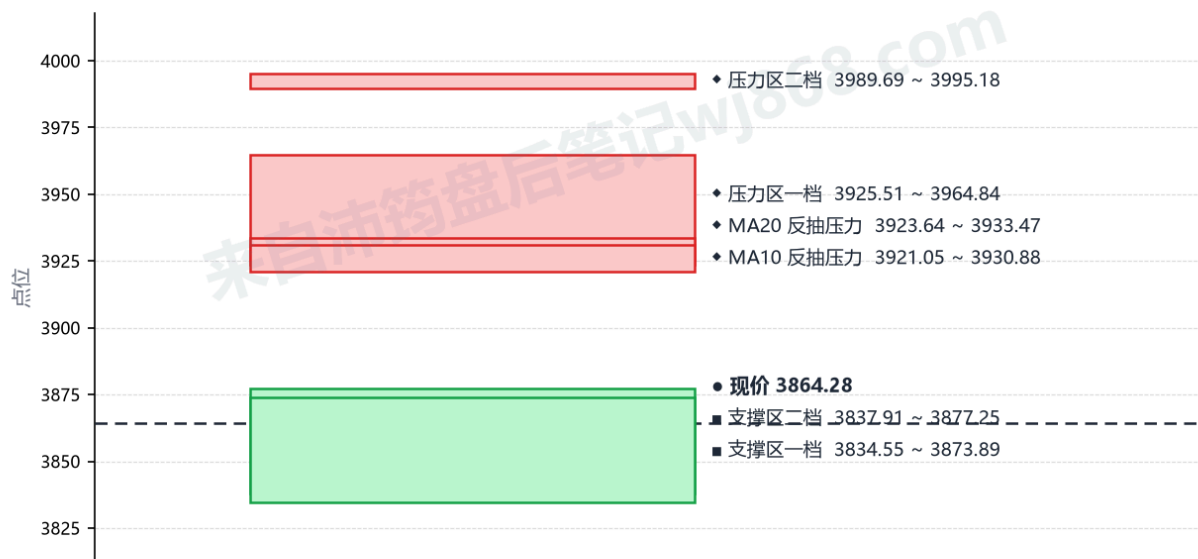
再往上翻，9 月 11 日（周五）有个向下缺口（**3912.32 ~ 3927.35**），拖了 2 个交易日没补——那一带不是一撞就穿的墙，但也很少一次就冲过去。

再往上翻，7 月 13 日（周一）有个向下缺口（**3983.05 ~ 3995.81**），拖了 46 个交易日没补——那一带不是一撞就穿的墙，但也很少一次就冲过去。

顺带翻一笔历史账：以主要指数的长历史统计，跳空缺口**约六到七成会在 10 个交易日内回补，中位数 3 天**——缺口不是必补的债，但也从来不是摆设。

缺口账记完，把上下这些关卡拢成一张阶梯表。

上证指数 收盘点位阶梯（区间表述，非挂单价）



沛筠盘后笔记 · wj868.com

六、位置和条件

档位	区间	依据
◆ 压力区二档	3989.69 ~ 3995.18	布林上轨 + 近 20 日最高
◆ 压力区一档	3925.51 ~ 3964.84	现价与布林上轨之间
◆ MA20 反抽压力	3923.64 ~ 3933.47	反抽至 MA20 (3923.64) 一带承压，收复才谈结构修复
◆ MA10 反抽压力	3921.05 ~ 3930.88	反抽至 MA10 (3921.05) 一带承压，站稳才谈反弹
● 现价	3864.28	09/15 收盘 (-0.54%)
■ 支撑区二档	3837.91 ~ 3877.25	布林下轨
■ 支撑区一档	3834.55 ~ 3873.89	近 20 日最低 + 布林下轨

从收盘 3864.28 往下，支撑要连起来看；支撑区二档的依据是布林下轨；支撑区一档的依据是近 20 日最低 + 布林下轨；合计带宽 **3834.55 ~ 3877.25** (42.70 个点)，从收盘到这里只有 **-0.34%**；头顶最近的压力从 3921.05 起（距收盘 1.47%）；上下都不远，**按档位执行比预测方向更实际**。

基准剧本：MA20 (3923.64) 还压在头上，先按「反抽承压」对待——收复之前，每一次逼近这条线都先当压力看。反向剧本：哪天收盘重新站上 MA20 并且三日踩实，历史上这类「收复后踩实」的走势其后 10 日偏暖（约五成一胜率口径（51.3%，BT-20260928-06））——结构修复从那天起算。以上两种剧本都不必猜，看收盘价站哪边就行；作废条件见下方黄框。

⚠️ 出现下面任何一种情况，上表的参照就不成立：① 收盘站上 3995.18 上方——参照重新往上看；② 收盘跌破 3873.89——回到更低一档找支撑；③ 沪市成交额骤变（放大或缩减超三成）——按新量能重算波幅。以当日收盘数据为准。

七、周线和月线

本周 2 个交易日，从上周收盘 3888.11 走到 **3864.28**，跌 23.83 个点（0.61%）；本周最高 3895.51、最低 3858.15。

周线这根 K：开 3867.02、收 3864.28，实体 2.74 个点的**阴线**，上影线 28.49、下影线 6.13。

周线 MACD 柱 **-22.05**，周线 KDJ 的 J 值 58.95——周线这一层的结构调整，比日线还没那么急。

本月到今天第 11 个交易日：从上月收盘 3986.30 走到 3864.28，跌 122.02 个点（3.06%）；月内最高 3995.18、最低 3852.03。

一句话：**量在撤，价在退，先看均线带守不守得住。**

好的部分是——结构没有明显恶化。克制的部分是——日线绿柱仍在放大（-16.94）、四条中短期均线全在头顶、量能缩了 11.30%。两个部分都是真的，凑在一起，我给上证指数 **66%~74%** 的概率在 **3873.89 ~ 3995.18** 之间震荡、延续贴地走势的可能性略大，前提是收盘守住支撑区一档（**3850.86**）一线；作废条件：任一交易日收盘站出 3873.89 ~ 3995.18 区间，上述判断即失效，按当日收盘数据重算。

八、九周期矩阵

周期	状态（收盘位置 · MACD · KDJ）
5分钟	均线空头排列 · MACD 绿柱扩大 · KDJ J 值 -8（超卖区）
15分钟	均线缠绕 · MACD 红柱收敛 · KDJ J 值 46（中位）
30分钟	均线缠绕 · MACD 红柱收敛 · KDJ J 值 65（中位）
60分钟	均线缠绕 · MACD 翻红 · KDJ J 值 102（超买区）
90分钟	均线缠绕 · MACD 翻红 · KDJ J 值 102（超买区）
120分钟	均线缠绕 · MACD 绿柱收敛 · KDJ J 值 17（中位）
日线	均线空头排列 · MACD 绿柱扩大 · KDJ J 值 8（中位）
周线	均线空头排列 · MACD 绿柱扩大 · KDJ J 值 37（中位）

短周期（5F~30F）3 个里 0 个多头排列，中周期（60F~120F）3 个里 0 个，长周期（日/周/月）3 个里 0 个。三个层级排列方向一致，属于**跨周期收敛**的形态。

九、缠论结构（笔 · 中枢 · 背驰）

周 期	笔	中 枢	最近中枢与走势类型	时效窗内背驰	结构标注
日 线	25 笔（最近 up-down- up）	19 个	3850.86~3994.18（2026-07-20 起，延 伸 0 笔）；走势类型：高级别盘整构造（中 枢波动重叠）	顶背驰·趋势背驰 @ 2026-09-01（距 今 20 根）	一卖候选 （3995.18，已触 发）
60 分 钟	29 笔（最近 up-down- up）	22 个	3915.22~3958.12（2026-09-01 起，延 伸 0 笔）；走势类型：高级别盘整构造（中 枢波动重叠）	时效窗内无背驰	暂未触发
15 分 钟	32 笔（最近 up-down- up）	26 个	3835.70~3847.68（2026-09-29 起，延 伸 0 笔）；走势类型：高级别盘整构造（中 枢波动重叠）	顶背驰·趋势背驰 @ 2026-09-30（距 今 1 根）	一卖候选 （3849.11，已触 发）

日线：末笔确认点之后还有 20 根未入笔（2026-09-02 ~ 2026-09-30，区间 3806.67~3980.20）。60分钟：末笔确认点之后还有 3 根未入笔（2026-09-30 ~ 2026-09-30，区间 3833.09~3851.22）。15分钟：末笔确认点之后还有 1 根未入笔（2026-09-30 ~ 2026-09-30，区间 3842.03~3846.41）。

缠论口径说明：笔按分型严格交替连线；中枢取连续三笔价格重叠区间；背驰指同向两段走势中MACD 柱极值收窄的现象；「时效窗内」表示该现象距最新收盘尚在各自周期的观察窗内。末笔之后未入笔的行情区间一并列出，供对照。表中「结构标注」是缠论结构口径下的位置标注，属于形态描述，不构成操作指令。

K 线一天一根，账一天一记，9 月 16 日（周三）接着算。也欢迎对照自己的观察记录，看看到的账本和你眼里的是否一致。

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

数据截至 2026-09-15 收盘。

? 日常答疑解惑 (FAQ)

Q：均线压力是什么意思？

A：均线代表一段时间内买入者的平均成本，价格反弹到均线下方附近时，容易遇到解套抛压；收盘收复这条均线，才算结构修复的第一步。

Q：超卖了就该买吗？

A：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机更好。把它当温度计，别当信号灯。

Q：炒股用什么软件？

A：可以。在[证券公司](#)官方 APP 完成开户与银证转账后即可交易，主流行情软件也提供免费看盘与复盘功能。务必从官方应用商店下载，谨防仿冒软件与陌生人推荐的链接。

◆ 对照笔记：[证券公司\(399975\) 728.75：缩量 39.69%，五线全失](#)

Q：炒股能赚到钱吗？

A：炒股没有保证收益：公开统计下多数个人投资者长期是亏损的，收益与风险永远成正比。若参与，应只用闲钱、控制仓位、降低交易频率，并把「可能亏损」计入预期。任何承诺保本或高收益的说法都值得怀疑。

以上为读者常见疑问的解答，仅作参考引导；本站仅做技术结构复盘，不构成任何投资建议。

延伸阅读

- [深证成指\(399001\) 13287.97：下跌 0.72%](#)
- [创业板指\(399006\) 3247.92：下跌 1.15%](#)
- [科创50\(000688\) 1551.96：上涨 1.55%](#)
- [科创综指\(000680\) 1824.52：上涨 0.73%](#)

点击标题可直接跳转对应笔记；在小程序内会自动打开站内详情页。

同一品种近期笔记

- [上证指数\(000001\) 3885.33：下跌 0.07%](#)
- [上证指数\(000001\) 3888.11：MACD 由红翻绿](#)
- [上证指数\(000001\) 3934.40：下跌 0.43%](#)

同品种往期复盘，可与本文对照阅读。

文 / 沛筠 · 本文版权归沛筠所有

#A股 #上证指数

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

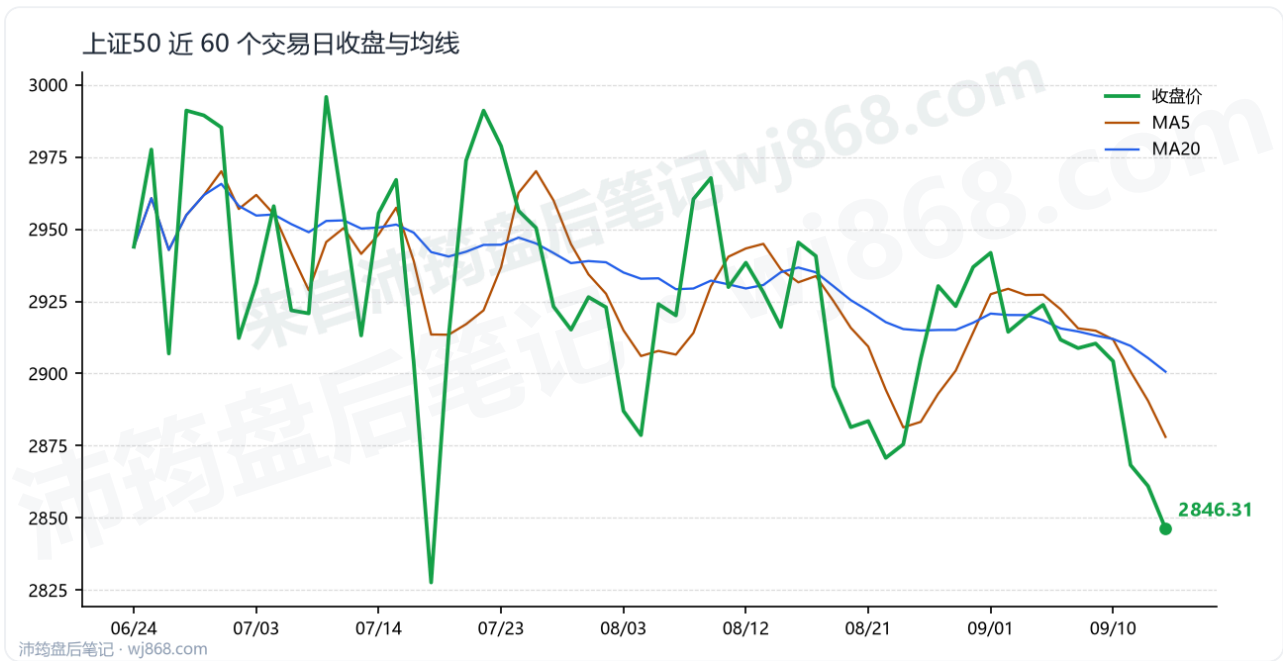
上证50(000016) 2846.31：下跌 0.52%

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09 月 15 日，周二。上证50(000016)开在 **2857.88**，收在 **2846.31**，跌 14.74 个点，**-0.52%**。这是连续第 4 个交易日下跌

全天最高 2866.95、最低 2841.66，收盘收在日内低侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	2857.88
最高	2866.95
最低	2841.66
收盘	2846.31
涨跌幅	-0.52% (-14.74 点)
日内振幅	25.29 点 (0.88%)
上证50成分股成交额	1081.72 亿
5 日均额	1188.42 亿
量比	0.86

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	2878.07	下方 31.76
日线 MA10	2896.87	下方 50.56
日线 MA20（=布林中轨）	2900.65	下方 54.34
日线 MA30	2912.80	下方 66.49
日线 MA60	2925.97	下方 79.66
日线 MA120	2924.09	下方 77.78
日线 MA250	2968.47	下方 122.16
日线布林上轨	2952.76	下方 106.45
日线布林下轨	2848.54	下方 2.23

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA5（2878.07）。

三、指标：绿柱第 4 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-2.66	-3.20	+1.07
09/10	-3.36	-3.23	-0.26
09/11	-6.74	-3.93	-5.61
09/14	-9.89	-5.12	-9.53
09/15	-13.42	-6.78	-13.27

绿柱在放大（昨天 -9.53）。DIF 从昨天的 -9.89 走到 **-13.42**，DEA -6.78。KDJ 这边：K 值 18.37、D 值 30.24、**J 值 -5.38**。K 值 18.37 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 16.04、RSI14 35.13——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

形态归形态，最后还得问一句：背后有多少钱在换手。

四、量能：缩了 4.43 亿

上证50成分股成交额 **1081.72** 亿，和前五个交易日的均值差不多（-8.98%，量比 0.86）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。

量能平平的日子像**一面没风的旗**——挂着，但没有方向感。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.86，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，上证50 排在**第 7 位（跌0.52%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

换手归换手，价格图上没补的缺口，还在原地等着。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。





微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

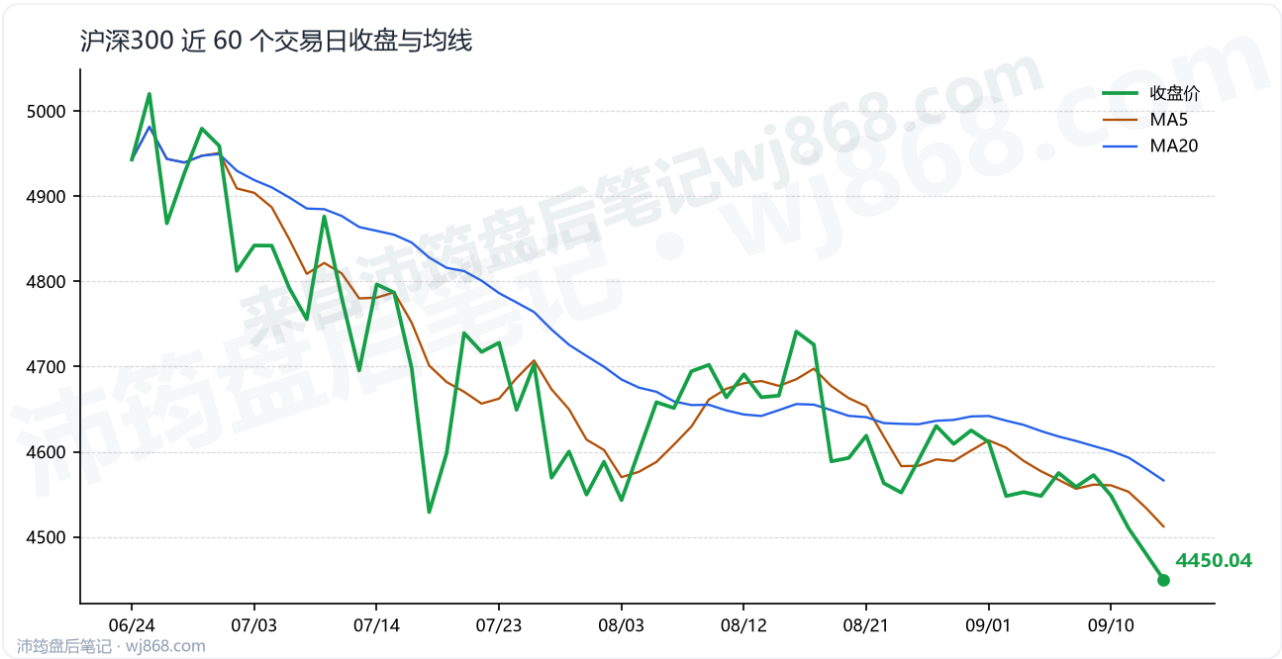
沪深300(000300) 4450.04：下跌 0.67%

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月15日，周二。沪深300(000300)开在 **4473.81**，收在 **4450.04**，跌 30.04 个点，**-0.67%**。这是连续第 4 个交易日下跌

全天最高 4496.96、最低 4444.63，收盘离全天最低只差 5.41 个点，收盘收在日内低侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	4473.81
最高	4496.96
最低	4444.63
收盘	4450.04
涨跌幅	-0.67% (-30.04 点)
日内振幅	52.33 点 (1.17%)
沪深300成分股成交额	3947.76 亿
5 日均额	4487.28 亿

量比	0.86
----	------

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	4512.25	下方 62.21
日线 MA10	4534.36	下方 84.32
日线 MA20（=布林中轨）	4566.30	下方 116.26
日线 MA30	4606.11	下方 156.07
日线 MA60	4677.90	下方 227.86
日线 MA120	4726.88	下方 276.84
日线 MA250	4673.39	下方 223.35
日线布林上轨	4657.58	下方 207.54
日线布林下轨	4475.01	下方 24.97

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA60 全在头顶，意味着这一个月追进去的资金多数已被套，反弹每逼近一条均线都会先遇到解套盘。最近的一道在 MA5 (4512.25)。

三、指标：绿柱第 10 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-30.05	-29.93	-0.24
09/10	-30.54	-30.05	-0.97
09/11	-33.62	-30.77	-5.71
09/14	-38.05	-32.22	-11.65
09/15	-43.49	-34.48	-18.02

绿柱在放大（昨天 -11.65）。DIF 从昨天的 -38.05 走到 **-43.49**，DEA -34.48。KDJ 这边：K 值 16.25、D 值 24.05、**J 值 0.65**。K 值 16.25 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 18.88、RSI14 33.94——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

形态归形态，最后还得问一句：背后有多少钱在换手。

四、量能：缩了 39.09 亿

沪深300成分股成交额 **3947.76 亿**，量能缩了 **12.02%**，折算量比只有 0.86。下跌缩量说明恐慌盘没涌出来，可买盘同样没进场——这种缩量阴线，方向要等放量那天才作数。

量能这时候像**退潮的水位**——滩涂露出来多少，接盘的意愿就有多浅。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.86，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，沪深300 排在**第 13 位（跌0.67%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

换手归换手，价格图上没补的缺口，还在原地等着。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

科创综指(000680) 1824.52：上涨 0.73%

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09 月 15 日，周二。科创综指(000680)开在 **1807.58**，收在 **1824.52**，涨 13.29 个点，**+0.73%**。结束了此前连续 5 个交易日的下跌

全天最高 1856.89、最低 1806.41，收盘收在日内高侧。

本周此前 1 个交易日累计跌 6.45 个点，今天一天涨回去 13.29 个点——把涨的全吐回去还多涨 6.84 个点。



一、今天的账

项目	数值
开盘	1807.58
最高	1856.89
最低	1806.41
收盘	1824.52
涨跌幅	+0.73% (13.29 点)
日内振幅	50.48 点 (2.79%)
科创板成交额	2256.74 亿

5 日均额	2309.04 亿
量比	0.93

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	1832.62	下方 8.10
日线 MA10	1862.26	下方 37.74
日线 MA20 (= 布林中轨)	1900.94	下方 76.42
日线 MA30	1939.10	下方 114.58
日线 MA60	2043.71	下方 219.19
日线 MA120	2002.95	下方 178.43
日线 MA250	1834.91	下方 10.39
日线布林上轨	2001.59	下方 177.07
日线布林下轨	1800.29	上方 24.23

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5 (1832.62)，再谈结构修复。

三、指标：绿柱第 9 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-34.10	-30.01	-8.18
09/10	-36.82	-31.37	-10.90
09/11	-40.66	-33.23	-14.86
09/14	-43.72	-35.33	-16.78
09/15	-44.56	-37.17	-14.77

绿柱在收窄（昨天 -16.78）。DIF 从昨天的 -43.72 走到 **-44.56**，DEA -37.17。KDJ 这边：K 值 24.57、D 值 23.20、**J 值 27.29**。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 32.00、RSI14 38.97——短线强度偏弱。

今天 KDJ 金叉。要泼盆冷水的是：长历史统计里**单指标金叉并不构成优势**，两个指标同一天共振才有点含金量——单边翻多只能算观察信号，别急着当买入依据。

形态归形态，最后还得问一句：背后有多少钱在换手。

四、量能：放了 97.53 亿

科创板成交额 **2256.74 亿**，和前五个交易日的均值差不多（-2.27%，量比 0.93）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。

平量的日子，市场像**一口没烧开水**——温着，等一个敢把它推过沸点的力量。

情绪面记一笔：今天的高低点双双高过昨天，**价格重心在抬**，量比 0.93，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。顺带一个历史口径：上证全史里「高低点同时抬升」的日子，其后 5 日上涨概率约 56%（同期基线约 53%）——**重心抬升偏暖，但只是弱倾向，不足以当作方向依据**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，科创综指 排在**第 3 位（涨0.73%）**；最强的是 **国证半导体芯片**（涨1.83%），最弱的是 **中证银行**（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

换手归换手，价格图上没补的缺口，还在原地等着。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

科创50(000688)
 1551.96：
 上涨 1.55%

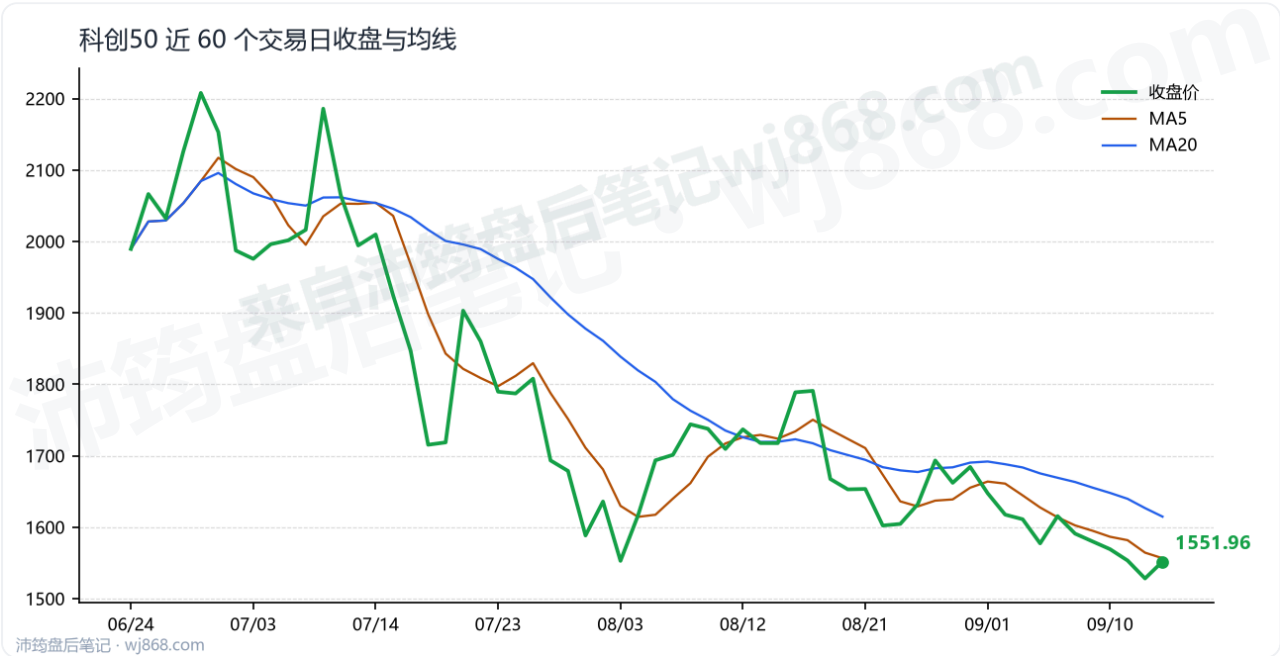
沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月15日，周二。科创50(000688)开在 **1524.27**，收在 **1551.96**，涨 23.69 个点，**+1.55%**。结束了此前连续 5 个交易日的下跌

全天最高 1578.43、最低 1524.27，收盘收在日内高侧。

昨天跌掉的 25.12 个点，今天收回了**约 9 成**——这一笔先对上账，剩下的小半接着看。



一、今天的账

项目	数值
开盘	1524.27
最高	1578.43
最低	1524.27
收盘	1551.96
涨跌幅	+1.55% (23.69 点)
日内振幅	54.16 点 (3.54%)
科创50成分股成交额	725.00 亿

5 日均额	660.98 亿
量比	0.88

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	1556.58	下方 4.62
日线 MA10	1579.56	下方 27.60
日线 MA20 (= 布林中轨)	1614.81	下方 62.85
日线 MA30	1654.48	下方 102.52
日线 MA60	1776.00	下方 224.04
日线 MA120	1683.13	下方 131.17
日线 MA250	1535.97	上方 15.99
日线布林上轨	1705.50	下方 153.54
日线布林下轨	1524.12	上方 27.84

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5 (1556.58)，再谈结构修复。

三、指标：绿柱第 8 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-40.69	-38.32	-4.75
09/10	-41.97	-39.05	-5.84
09/11	-43.76	-39.99	-7.53
09/14	-46.66	-41.32	-10.68
09/15	-46.51	-42.36	-8.31

绿柱在收窄（昨天 -10.68）。DIF 从昨天的 -46.66 走到 **-46.51**，DEA -42.36。KDJ 这边：K 值 19.98、D 值 19.85、**J 值 20.22**。K 值 19.98 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 36.51、RSI14 39.26——短线强度偏弱。

今天 KDJ 金叉。要泼盆冷水的是：长历史统计里**单指标金叉并不构成优势**，两个指标同一天共振才有点含金量——单边翻多只能算观察信号，别急着当买入依据。

指标翻完篇，回到最实在的一件事——今天市场花了多少钱。

四、量能：放了 114.92 亿

科创50成分股成交额 **725.00 亿**，量能平稳（9.69%，量比 0.88），买卖双方都按兵不动，这种平量日子看不出方向，跟着后面的点位区间走更实际。

平量的日子，市场像**一口没烧开水**——温着，等一个敢把它推过沸点的力量。

情绪面记一笔：今天的高低点双双高过昨天，**价格重心在抬**，量比 0.88，振幅排进近 20 日最宽的一档，**盘中分歧充分**，该换手的筹码都换过手了。顺带一个历史口径：上证全史里「高低点同时抬升」的日子，其后 5 日上涨概率约 56%（同期基线约 53%）——**重心抬升偏暖，但只是弱倾向，不足以当作方向依据**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，科创50 排在**第 2 位（涨1.55%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

钱的事说完，再看地图上没填的坑。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证1000(000852) 7437.70：下跌 0.41%

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09 月 15 日，周二。中证1000(000852)开在 **7453.47**，收在 **7437.70**，跌 30.60 个点，**-0.41%**。

全天最高 7524.62、最低 7426.90，收盘离全天最低只差 10.80 个点，收盘收在日内低侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	7453.47
最高	7524.62
最低	7426.90
收盘	7437.70
涨跌幅	-0.41% (-30.60 点)
日内振幅	97.72 点 (1.31%)
中证1000成分股成交额	3486.33 亿
5 日均额	3966.23 亿

量比	0.85
----	------

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	7513.96	下方 76.26
日线 MA10	7556.07	下方 118.37
日线 MA20 (= 布林中轨)	7586.67	下方 148.97
日线 MA30	7635.41	下方 197.71
日线 MA60	7729.92	下方 292.22
日线 MA120	8037.66	下方 599.96
日线 MA250	7868.37	下方 430.67
日线布林上轨	7776.09	下方 338.39
日线布林下轨	7397.26	上方 40.44

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA60 全在头顶，意味着这一个月追进去的资金多数已被套，反弹每逼近一条均线都会先遇到解套盘。最近的一道在 MA5 (7513.96)。

三、MACD 与 KDJ

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-2.56	-6.08	+7.05
09/10	-5.84	-6.04	+0.39
09/11	-21.15	-9.06	-24.19
09/14	-29.63	-13.17	-32.91
09/15	-38.38	-18.21	-40.32

绿柱在放大（昨天 -32.91）。DIF 从昨天的 -29.63 走到 **-38.38**，DEA -18.21。KDJ 这边：K 值 39.75、D 值 44.39、**J 值 30.46**。J 值从昨天 33.27 回落，短线冲劲在退。RSI6 33.47、RSI14 42.97——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

指标翻完篇，回到最实在的一件事——今天市场花了多少钱。

四、量能：缩了 99.33 亿

中证1000成分股成交额 **3486.33** 亿，全天比前五个交易日的均值缩了 **12.10%**（量比 0.85）。价跌量缩、振幅也在收，比放量下跌温和——但它的含义不是「跌不动了」，而是**这个位置愿意接的人不多**。

缩量的日子像**蓄水池没进水**：水位不动，谁也推不出一波像样的行情。

情绪面记一笔：今天的高低点双双高过昨天，**价格重心在抬**，量比 0.85，振幅收在近 20 日最窄的一档，**观望温吞**，多空都还没急眼。顺带一个历史口径：上证全史里「高低点同时抬升」的日子，其后 5 日上涨概率约 56%（同期基线约 53%）——**重心抬升偏暖，但只是弱倾向，不足以当作方向依据**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证1000 排在**第 6 位（跌0.41%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

钱的事说完，再看地图上没填的坑。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证500(000905) 7561.59：下跌 0.13%

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09 月 15 日，周二。中证500(000905)开在 **7550.68**，收在 **7561.59**，跌 9.61 个点，**-0.13%**。这是连续第 5 个交易日下跌

全天最高 7641.54、最低 7543.95，收盘收在日内低侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	7550.68
最高	7641.54
最低	7543.95
收盘	7561.59
涨跌幅	-0.13% (-9.61 点)
日内振幅	97.59 点 (1.29%)
中证500成分股成交额	2697.20 亿
5 日均额	3144.46 亿
量比	0.78

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	7639.85	下方 78.26
日线 MA10	7686.66	下方 125.07
日线 MA20（=布林中轨）	7760.29	下方 198.70
日线 MA30	7839.63	下方 278.04
日线 MA60	7991.28	下方 429.69
日线 MA120	8137.53	下方 575.94
日线 MA250	7858.74	下方 297.15
日线布林上轨	7980.89	下方 419.30
日线布林下轨	7539.69	上方 21.90

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA5（7639.85）。

三、指标：绿柱第 9 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-46.54	-41.87	-9.33
09/10	-49.04	-43.31	-11.47
09/11	-61.40	-46.92	-28.95
09/14	-71.12	-51.76	-38.72
09/15	-78.70	-57.15	-43.09

绿柱在放大（昨天 -38.72）。DIF 从昨天的 -71.12 走到 **-78.70**，DEA -57.15。KDJ 这边：K 值 30.88、D 值 34.60、**J 值 23.43**。J 值从昨天 24.53 回落，短线冲劲在退。RSI6 26.72、RSI14 39.52——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

指标翻完篇，回到最实在的一件事——今天市场花了多少钱。

四、量能：缩了 47.96 亿

中证500成分股成交额 **2697.20** 亿，全天比前五个交易日的均值缩了 **14.22%**（量比 0.78）。价跌量缩、振幅也在收，比放量下跌温和——但它的含义不是「跌不动了」，

而是**这个位置愿意接的人不多**。

量能这时候像**退潮的水位**——滩涂露出来多少，接盘的意愿就有多浅。

情绪面记一笔：今天的高低点双双高过昨天，**价格重心在抬**，量比 0.78，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。顺带一个历史口径：上证全史里「高低点同时抬升」的日子，其后 5 日上涨概率约 56%（同期基线约 53%）——**重心抬升偏暖，但只是弱倾向，不足以当作方向依据**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证500 排在**第 5 位（跌0.13%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

钱的事说完，再看地图上没填的坑。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。

1. 盘面回顾

昨日收盘，沪指收涨 0.13%，报 3050.13 点，成交额 1.1 万亿元，换手率 0.15%。深成指收涨 0.21%，报 11555.55 点，成交额 1.5 万亿元，换手率 0.21%。创业板指收涨 0.35%，报 2155.55 点，成交额 0.8 万亿元，换手率 0.35%。

昨日盘中，沪指一度冲高至 3060 点，随后回落，尾盘收于 3050.13 点。深成指一度冲高至 11600 点，随后回落，尾盘收于 11555.55 点。创业板指一度冲高至 2160 点，随后回落，尾盘收于 2155.55 点。

昨日盘中，沪指一度冲高至 3060 点，随后回落，尾盘收于 3050.13 点。深成指一度冲高至 11600 点，随后回落，尾盘收于 11555.55 点。创业板指一度冲高至 2160 点，随后回落，尾盘收于 2155.55 点。

昨日盘中，沪指一度冲高至 3060 点，随后回落，尾盘收于 3050.13 点。深成指一度冲高至 11600 点，随后回落，尾盘收于 11555.55 点。创业板指一度冲高至 2160 点，随后回落，尾盘收于 2155.55 点。

昨日盘中，沪指一度冲高至 3060 点，随后回落，尾盘收于 3050.13 点。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

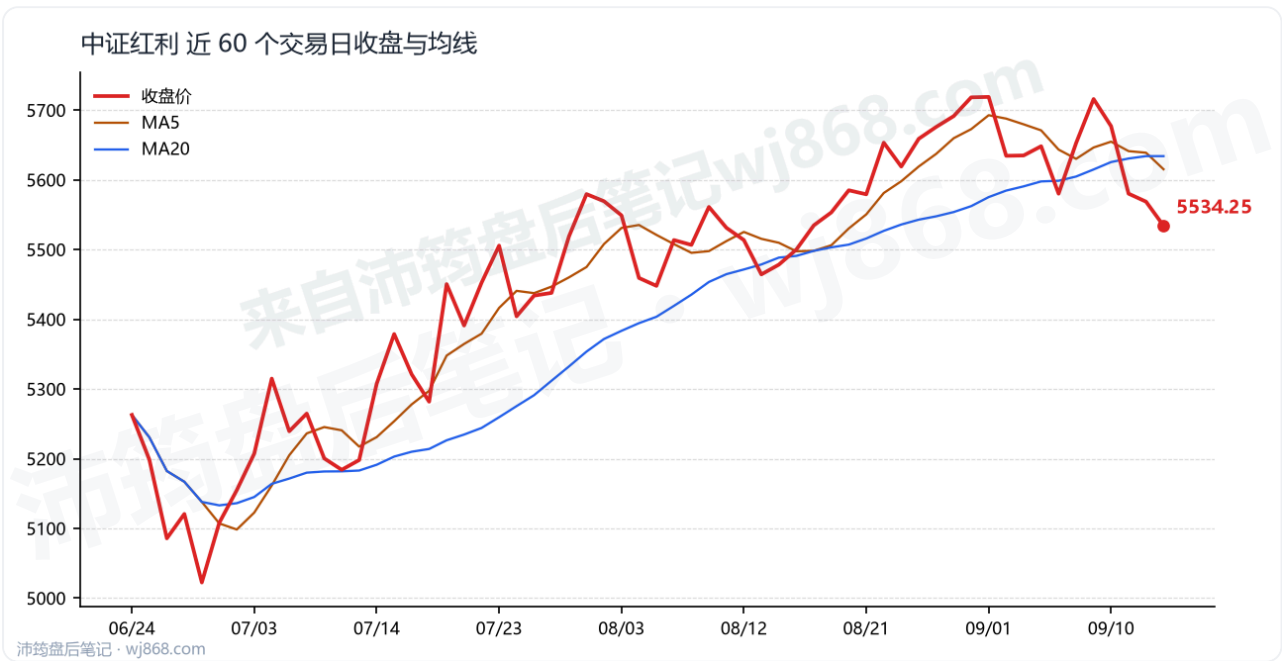
中证红利(000922) 5534.25：缩量 23.53%，退守60日线

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月15日，周二。中证红利(000922)开在 **5568.76**，收在 **5534.25**，跌 34.51 个点，**-0.62%**。这是连续第 4 个交易日下跌

全天最高 5573.73、最低 5525.24，收盘收在日内低侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	5568.76
最高	5573.73
最低	5525.24
收盘	5534.25
涨跌幅	-0.62% (-34.51 点)
日内振幅	48.49 点 (0.87%)
红利成分股成交额	423.90 亿
5 日均额	554.34 亿
量比	0.84

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	5615.28	下方 81.03
日线 MA10	5622.73	下方 88.48
日线 MA20（=布林中轨）	5634.08	下方 99.83
日线 MA30	5591.13	下方 56.88
日线 MA60	5455.64	上方 78.61
日线 MA120	5564.00	下方 29.75
日线 MA250	5595.71	下方 61.46
日线布林上轨	5745.14	下方 210.89
日线布林下轨	5523.03	上方 11.22

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA60（5455.64）。

三、指标：绿柱第 8 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	+48.04	+51.92	-7.76
09/10	+46.97	+50.93	-7.93
09/11	+37.87	+48.32	-20.90
09/14	+29.39	+44.53	-30.29
09/15	+19.66	+39.56	-39.80

绿柱在放大（昨天 -30.29）。DIF 从昨天的 +29.39 走到 **+19.66**，DEA +39.56。KDJ 这边：K 值 19.87、D 值 32.79、**J 值 -5.99**。K 值 19.87 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 31.73、RSI14 44.56——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴上方运行，多头环境还在——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

形态归形态，最后还得问一句：背后有多少钱在换手。

四、量能：缩了 81.61 亿

红利成分股成交额 **423.90** 亿，全天比前五个交易日的均值缩了 **23.53%**（量比 0.84）。价跌量缩、振幅也在收，比放量下跌温和——但它的含义不是「跌不动了」，而是**这个位置愿意接的人不多**。

量能这时候像**退潮的水位**——滩涂露出来多少，接盘的意愿就有多浅。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.84，振幅收在近 20 日最窄的一档，**观望温吞**，多空都还没急眼。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证红利 排在**第 10 位（跌0.62%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

换手归换手，价格图上没补的缺口，还在原地等着。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。





微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

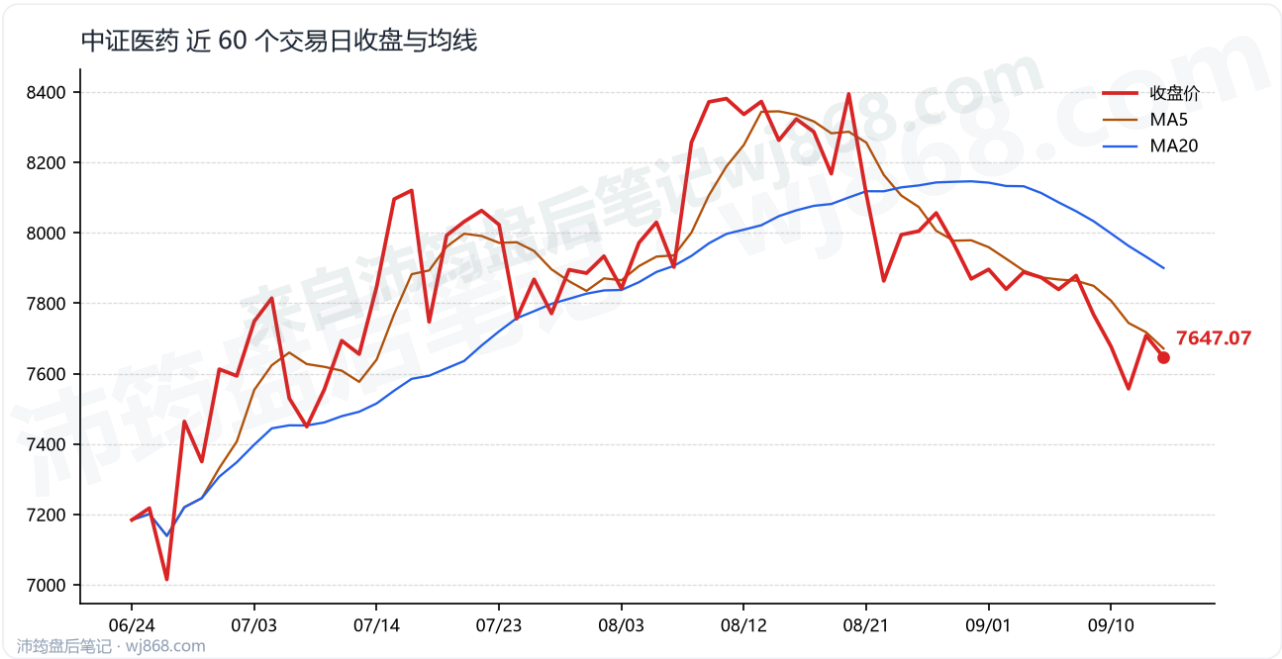
中证医药(000933) 7647.07：缩量 27.27%，五线全失

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月15日，周二。中证医药(000933) 开在 **7680.34**，收在 **7647.07**，跌 61.10 个点，**-0.79%**。

全天最高 7718.35、最低 7637.89，收盘离全天最低只差 9.18 个点，收盘收在日内低侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	7680.34
最高	7718.35
最低	7637.89
收盘	7647.07
涨跌幅	-0.79% (-61.10 点)
日内振幅	80.46 点 (1.04%)
医药板块成交额	222.68 亿
5 日均额	306.18 亿

量比	0.78
----	------

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	7671.45	下方 24.38
日线 MA10	7767.76	下方 120.69
日线 MA20（=布林中轨）	7900.25	下方 253.18
日线 MA30	8017.72	下方 370.65
日线 MA60	7871.08	下方 224.01
日线 MA120	7777.02	下方 129.95
日线 MA250	8162.95	下方 515.88
日线布林上轨	8276.08	下方 629.01
日线布林下轨	7524.42	上方 122.65

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA5（7671.45）。

三、指标：绿柱第 20 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-48.60	-9.79	-77.61
09/10	-63.56	-20.55	-86.03
09/11	-84.12	-33.26	-101.72
09/14	-87.23	-44.06	-86.34
09/15	-93.54	-53.95	-79.18

绿柱在收窄（昨天 -86.34）。DIF 从昨天的 -87.23 走到 **-93.54**，DEA -53.95。KDJ 这边：K 值 27.73、D 值 22.78、**J 值 37.63**。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 35.83、RSI14 40.41——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

指标翻完篇，回到最实在的一件事——今天市场花了多少钱。

四、量能：缩了 95.98 亿

医药板块成交额 **222.68** 亿，全天比前五个交易日的均值缩了 **27.27%**（量比 0.78）。价跌量缩、振幅也在收，比放量下跌温和——但它的含义不是「跌不动了」，而是**这个位置愿意接的人不多**。

缩量的日子像**蓄水池没进水**：水位不动，谁也推不出一波像样的行情。

情绪面记一笔：今天的高低点双双高过昨天，**价格重心在抬**，量比 0.78，振幅收在近 20 日最窄的一档，**观望温吞**，多空都还没急眼。顺带一个历史口径：上证全史里「高低点同时抬升」的日子，其后 5 日上涨概率约 56%（同期基线约 53%）——**重心抬升偏暖，但只是弱倾向，不足以当作方向依据**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证医药 排在**第 16 位（跌0.79%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

钱的事说完，再看地图上没填的坑。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。

沛筠盘后笔记

【市场回顾】今日大盘低开高走，上证指数收涨 0.1%，创业板指收涨 0.5%。两市成交额 1.2 万亿，较昨日缩量 15%。板块方面，医药、半导体、AI 概念表现活跃，金融、地产板块相对沉寂。

【市场展望】短期来看，市场情绪有所修复，但量能依然不足，上方压力较大。建议投资者保持谨慎乐观，关注优质成长股的机会。

【风险提示】宏观经济数据波动、地缘政治紧张局势、市场流动性变化等可能影响市场走势。

【免责声明】本文仅供参考，不构成投资建议。投资有风险，入市需谨慎。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证全指(000985) 5723.69：下跌 0.66%

沛筠 · 2026年9月15日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09 月 15 日，周二。中证全指(000985)开在 **5751.89**，收在 **5723.69**，跌 38.19 个点，**-0.66%**。这是连续第 4 个交易日下跌

全天最高 5789.48、最低 5716.50，收盘离全天最低只差 7.19 个点，收盘收在日内低侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	5751.89
最高	5789.48
最低	5716.50
收盘	5723.69
涨跌幅	-0.66% (-38.19 点)
日内振幅	72.98 点 (1.27%)
全市场成交额	15563.80 亿
5 日均额	17583.50 亿

量比	0.87
----	------

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	5801.09	下方 77.40
日线 MA10	5835.14	下方 111.45
日线 MA20 (= 布林中轨)	5865.19	下方 141.50
日线 MA30	5907.83	下方 184.14
日线 MA60	5979.79	下方 256.10
日线 MA120	6136.03	下方 412.34
日线 MA250	6048.08	下方 324.39
日线布林上轨	5991.19	下方 267.50
日线布林下轨	5739.18	下方 15.49

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5 (5801.09)，再谈结构修复。

三、指标：绿柱第 4 天

日期	DIF	DEA	柱
09/09	-16.20	-17.72	+3.03
09/10	-18.48	-17.87	-1.22
09/11	-26.66	-19.63	-14.06
09/14	-33.33	-22.37	-21.93
09/15	-41.23	-26.14	-30.18

绿柱在放大（昨天 -21.93）。DIF 从昨天的 -33.33 走到 **-41.23**，DEA -26.14。KDJ 这边：K 值 28.02、D 值 37.09、**J 值 9.87**。K 值 28.02 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 22.29、RSI14 38.10——短线强度偏弱。

今天两个指标都没有发生金叉或死叉的翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标层面维持现状，市场在自己的节奏里走。

指标翻完篇，回到最实在的一件事——今天市场花了多少钱。

四、量能：缩了 181.90 亿

全市场成交额 **15563.80 亿**，全天比前五个交易日的均值缩了 **11.49%**（量比 0.87）。价跌量缩、振幅也在收，比放量下跌温和——但它的含义不是「跌不动了」，而是**这个位置愿意接的人不多**。

缩量的日子像**蓄水池没进水**：水位不动，谁也推不出一波像样的行情。

情绪面记一笔：今天高低点与昨天交错，**重心暂时没选出方向**，量比 0.87，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证全指 排在**第 12 位（跌0.66%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨1.83%），最弱的是 [中证银行](#)（跌1.33%）。首尾相差 3.16 个百分点，分化不小。

钱的事说完，再看地图上没填的坑。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本合集每日收盘后自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com