

DAILY CLOSING NOTES

收盘笔记 · 每日合集

PEIYUN PANHOU BIJI · WJ868.COM

2026年9月16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) 13454.74: 上涨 1.26% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
2. 创业板指(399006) 3311.47: 上涨 1.96% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
3. 国证2000(399303) 9924.43: 上涨 2.04% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
4. 中证新能源汽车(399808) 2239.54: 放量 39.82%, 上攻 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
5. 中证军工(399967) 11648.62: 缩量 16.22%, 跌落60日线 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
6. 证券公司(399975) 732.54: 缩量 17.30%, 五线全失 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
7. 中证银行(399986) 7516.00: MACD 由红翻绿 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
8. 中证白酒(399997) 6182.27: 下跌 0.37% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
9. 中证人工智能(930713) 5913.66: 放量 18.87%, 上攻 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
10. 国证半导体芯片(980017) 16548.55: 放量 44.80%, 上攻 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
11. 上证指数(000001) 3891.60: 上涨 0.71% ([全文完整版](#))
12. 上证50(000016) 2865.30: 上涨 0.67% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
13. 沪深300(000300) 4480.27: 上涨 0.68% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
14. 科创综指(000680) 1890.25: 放量 27.39%, 上攻 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
15. 科创50(000688) 1616.19: 放量 47.19%, 上攻 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
16. 中证1000(000852) 7587.43: 上涨 2.01% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
17. 中证500(000905) 7683.47: 上涨 1.61% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
18. 中证红利(000922) 5503.70: 下跌 0.55% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
19. 中证医药(000933) 7653.38: 上涨 0.08% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
20. 中证全指(000985) 5797.55: 上涨 1.29% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))

深证成指(399001) 13454.74：上涨 1.26%

沛筠 · 2026年9月16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 16 日，周三。深证成指(399001)开在 **13276.85**，收在 **13454.74**，涨 166.77 个点，**+1.26%**。结束了此前连续 4 个交易日的下跌

全天最高 13482.98、最低 13185.83，收盘离全天最高只差 28.24 个点，收盘收在日内高侧。

收盘 **13454.74**，离 13500.00 整数关口只有 45.26 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	13276.85
最高	13482.98
最低	13185.83
收盘	13454.74
涨跌幅	+1.26% (166.77 点)
日内振幅	297.15 点 (2.24%)

深市成交额	9679.81 亿
5 日均额	9123.37 亿
量比	0.94

振幅 2.24%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（第 18 / 20）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	13443.24	上方 11.50
日线 MA10	13555.97	下方 101.23
日线 MA20（= 布林中轨）	13725.45	下方 270.71
日线 MA30	13926.06	下方 471.32
日线 MA60	14284.76	下方 830.02
日线 MA120	14686.83	下方 1232.09
日线 MA250	14103.17	下方 648.43
日线布林上轨	14173.58	下方 718.84
日线布林下轨	13277.32	上方 177.42

均线图不好看：4 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（13443.24），再谈结构修复。

位置变化里最提气的一条：MA5 昨天还在头上压着，今天反过来托到脚下——同一条均线，一天之内从天花板变成垫脚石。

三、指标：绿柱第 11 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-201.81	-178.81	-46.00

绿柱在收窄（昨天 -62.92）。DIF 从昨天的 -204.52 走到 -201.81，DEA -178.81。KDJ 这边：K 值 26.85、D 值 26.83、J 值 26.89。J 值在往上走，短线情绪还在修复。

RSI6 40.69、RSI14 41.27，都在中性区。

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。

把镜头拉到近 20 日区间（13185.83 ~ 14148.68）：昨天收盘还挂在区间的 10.6% 分位，今天掉到 **27.9%**。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 1192.47 亿

深市成交额 **9679.81 亿**，和前五个交易日的均值差不多（6.10%，量比 0.94）——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 0.94，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。

横向记一笔：今日 20 指数同台，深证成指 排在**第 10 位（涨1.26%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 [中证银行](#)（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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、盘中资金博弈

早盘开盘，沪深两市双双低开，沪指开盘后迅速翻红，随后在 10 日均线附近震荡，午后在 10 日均线附近震荡，午后在 10 日均线附近震荡，午后在 10 日均线附近震荡。

早盘开盘，沪深两市双双低开，沪指开盘后迅速翻红，随后在 10 日均线附近震荡，午后在 10 日均线附近震荡，午后在 10 日均线附近震荡，午后在 10 日均线附近震荡。

早盘开盘，沪深两市双双低开，沪指开盘后迅速翻红，随后在 10 日均线附近震荡，午后在 10 日均线附近震荡，午后在 10 日均线附近震荡，午后在 10 日均线附近震荡。

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

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



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) 3311.47：上涨 1.96%

沛筠 · 2026年9月16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16日，周三。创业板指(399006) 开在 **3246.89**，收在 **3311.47**，涨 63.55 个点，**+1.96%**。结束了此前连续 6 个交易日的下跌

全天最高 3327.56、最低 3227.18，收盘收在日内高侧。

昨天跌掉的 37.66 个点，今天一天**全部收复还有富余**——空头这一拳，打在了棉花上。



一、今天的账

项目	数值
开盘	3246.89
最高	3327.56
最低	3227.18
收盘	3311.47
涨跌幅	+1.96% (63.55 点)
日内振幅	100.38 点 (3.09%)
创业板成交额	4649.75 亿

5 日均额	4150.70 亿
量比	0.96

振幅 3.09%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（第 18 / 20）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	3301.09	上方 10.38
日线 MA10	3321.79	下方 10.32
日线 MA20（= 布林中轨）	3377.27	下方 65.80
日线 MA30	3448.14	下方 136.67
日线 MA60	3598.32	下方 286.85
日线 MA120	3687.74	下方 376.27
日线 MA250	3430.45	下方 118.98
日线布林上轨	3528.64	下方 217.17
日线布林下轨	3225.90	上方 85.57

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA5 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（3301.09）。

位置变化里最提气的一条：MA5 昨天还在头上压着，今天反过来托到脚下——同一条均线，一天之内从天花板变成垫脚石。

三、指标：绿柱第 17 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-69.00	-67.71	-2.59

绿柱在收窄（昨天 -9.08）。DIF 从昨天的 -71.92 走到 -69.00，DEA -67.71。KDJ 这边：K 值 27.44、D 值 26.51、J 值 29.29。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 44.98、RSI14 42.52，都在中性区。

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。

把镜头拉到近 20 日区间（3227.18 ~ 3563.06）：昨天收盘还挂在区间的 6.2% 分位，今天掉到 **25.1%**。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 736.38 亿

创业板成交额 **4649.75 亿**，量能平稳（12.02%，量比 0.96），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。

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：今天高低点与昨天交错，**重心暂时没选出方向**，量比 0.96，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。

横向记一笔：今日 20 指数同台，创业板指 排在**第 7 位（涨1.96%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 [中证银行](#)（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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、盘中分时图

早盘开盘，创业板指高开，盘中一度冲高，随后回落，尾盘小幅回升。成交量较昨日有所放大，市场情绪较为谨慎。

盘中分时图显示，创业板指在早盘冲高后，午后出现回落，成交量有所萎缩。市场情绪较为谨慎，投资者在观望中等待方向。

从分时图来看，创业板指在早盘冲高后，午后出现回落，成交量有所萎缩。市场情绪较为谨慎，投资者在观望中等待方向。

整体来看，创业板指在早盘冲高后，午后出现回落，成交量有所萎缩。市场情绪较为谨慎，投资者在观望中等待方向。



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) 9924.43：上涨 2.04%

沛筠 · 2026年9月16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16日，周三。国证2000(399303)开在 **9717.96**，收在 **9924.43**，涨 198.58 个点，**+2.04%**。

全天最高 9948.71、最低 9678.71，收盘离全天最高只差 24.28 个点，收盘收在日内高侧。

今天的收盘价，就悬在 **20 日线 (9918.11)** 旁边，距离只有 0.06%——一条线分两界，站在线上修复，跌回线下是反复。



一、今天的账

项目	数值
开盘	9717.96
最高	9948.71
最低	9678.71
收盘	9924.43
涨跌幅	+2.04% (198.58 点)
日内振幅	270.00 点 (2.78%)

国证2000成分股成交额	5718.13 亿
5 日均额	5529.10 亿
量比	0.92

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	9808.76	上方 115.67
日线 MA10	9894.92	上方 29.51
日线 MA20 (= 布林中轨)	9918.11	上方 6.32
日线 MA30	9964.79	下方 40.36
日线 MA60	10003.50	下方 79.07
日线 MA120	10482.64	下方 558.21
日线 MA250	10286.06	下方 361.63
日线布林上轨	10159.17	下方 234.74
日线布林下轨	9677.06	上方 247.37

均线缠绕：MA5/10/20 在脚下、MA30/60 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。

位置变化里最提气的一条：MA5、MA20 昨天还在头上压着，今天反过来托到脚下——同一条均线，一天之内从天花板变成垫脚石。

三、指标：绿柱第 4 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-22.87	-4.06	-37.62

绿柱在收窄（昨天 -58.44）。DIF 从昨天的 -28.57 走到 -22.87，DEA -4.06。KDJ 这边：K 值 50.52、D 值 49.11、J 值 53.35。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 53.70、RSI14 50.41，都在中性区。

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。

把镜头拉到近 20 日区间（9521.04 ~ 10165.26）：昨天收盘还挂在区间的 31.8% 分位，今天掉到 **62.6%**——一天从下半区翻回上半区。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 574.63 亿

国证2000成分股成交额 **5718.13 亿**，量能平稳（3.42%，量比 0.92），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。

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：今天高低点与昨天交错，**重心暂时没选出方向**，量比 0.92，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。

横向记一笔：今日 20 指数同台，国证2000 排在**第 5 位（涨2.04%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 [中证银行](#)（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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、盘中分时图

早盘开盘，上证高开，国证低开，创业板平开，科创板平开。开盘后，上证率先冲高，随后回落，国证紧随其后，创业板和科创板则相对平稳。上午 10 点左右，上证出现小幅回调，国证则继续冲高，创业板和科创板也随之走高。

中午收盘前，上证冲高回落，国证则继续走高，创业板和科创板也随之走高。下午开盘，上证继续冲高，国证则出现回调，创业板和科创板也随之走低。下午 2 点左右，上证出现大幅回调，国证则继续走高，创业板和科创板也随之走高。

尾盘收盘前，上证冲高回落，国证则继续走高，创业板和科创板也随之走高。全天来看，上证冲高回落，国证则继续走高，创业板和科创板也随之走高。量能方面，全天成交额较大，市场交投活跃。

从分时图来看，市场在早盘和尾盘都出现了明显的波动，中间时段则相对平稳。量能方面，全天成交额较大，市场交投活跃。从整体来看，市场在早盘和尾盘都出现了明显的波动，中间时段则相对平稳。



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

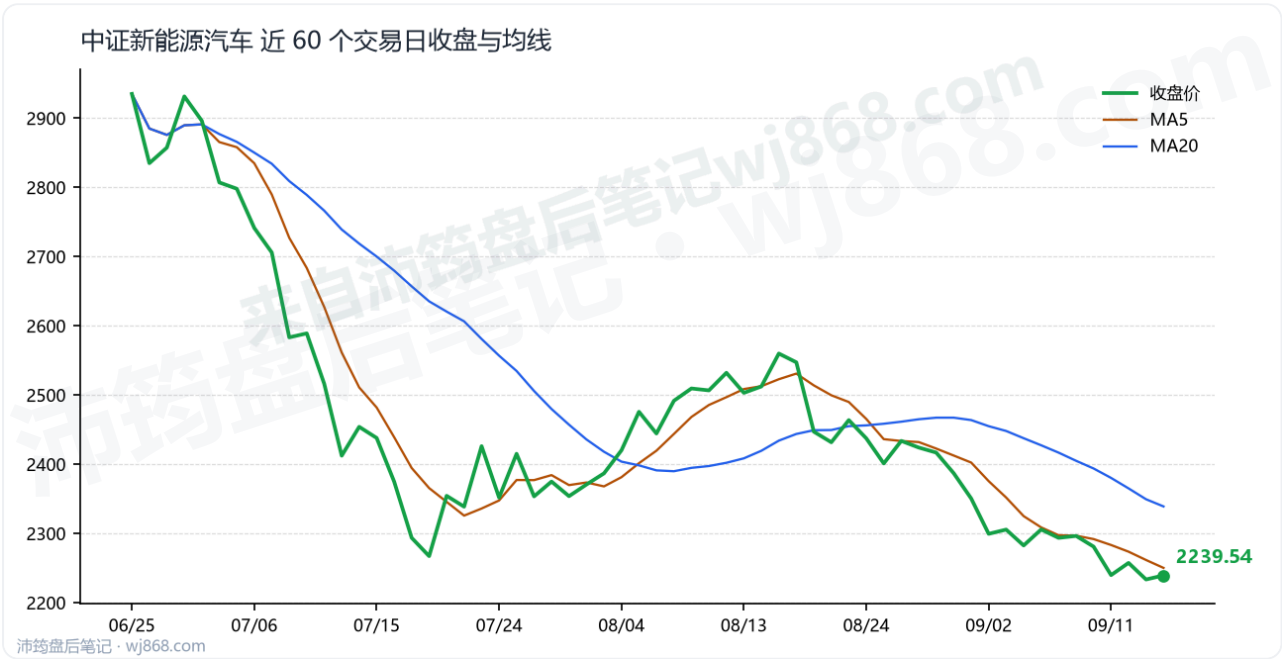
中证新能源汽车(399808) 2239.54：放量 39.82%，上攻

沛筠 · 2026年9月16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16日，周三。中证新能源汽车(399808)开在 **2228.25**，收在 **2239.54**，涨 5.87 个点，**+0.26%**。

全天最高 2246.72、最低 2191.71，收盘离全天最高只差 7.18 个点，收盘收在日内高侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	2228.25
最高	2246.72
最低	2191.71
收盘	2239.54
涨跌幅	+0.26% (5.87 点)
日内振幅	55.01 点 (2.46%)
新能源车板块成交额	897.65 亿
5 日均额	642.02 亿

量比	1.18
----	------

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	2250.38	下方 10.84
日线 MA10	2273.66	下方 34.12
日线 MA20 (= 布林中轨)	2339.18	下方 99.64
日线 MA30	2394.63	下方 155.09
日线 MA60	2465.02	下方 225.48
日线 MA120	2762.66	下方 523.12
日线 MA250	2812.09	下方 572.55
日线布林上轨	2490.28	下方 250.74
日线布林下轨	2188.08	上方 51.46

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 (2250.38)。

三、指标：绿柱第 14 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-61.18	-54.83	-12.69

绿柱在收窄（昨天 -15.53）。DIF 从昨天的 -61.01 走到 **-61.18**，DEA -54.83。KDJ 这边：K 值 27.38、D 值 21.81、**J 值 38.53**。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 27.48、RSI14 32.67——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。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 178.31 亿

新能源车板块成交额 **897.65 亿**，全天比前五个交易日的均值放了 **39.82%**（量比 1.18），分歧在加大，多空都在真金白银下注，接下来波动不会小。

量能放大像**大风天的湖面**——浪头起来了，船走得快，也颠得厉害。

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 1.18，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。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证新能源汽车 排在**第 16 位（涨0.26%）**；最强的是 **国证半导体芯片**（涨4.34%），最弱的是 **中证银行**（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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、盘中分时图分析

早盘开盘后，新能源车板块率先启动，带动大盘上行。随后，科技板块接力，市场情绪高涨。午后，大盘出现回落，但新能源车板块依然保持强势，成为市场关注的焦点。

从分时图来看，新能源车板块在早盘开盘后迅速拉升，成交量也随之放大。午后，虽然大盘有所回落，但新能源车板块依然保持强势，成交量依然较大。

从分时图来看，新能源车板块在早盘开盘后迅速拉升，成交量也随之放大。午后，虽然大盘有所回落，但新能源车板块依然保持强势，成交量依然较大。

从分时图来看，新能源车板块在早盘开盘后迅速拉升，成交量也随之放大。午后，虽然大盘有所回落，但新能源车板块依然保持强势，成交量依然较大。

从分时图来看，新能源车板块在早盘开盘后迅速拉升，成交量也随之放大。



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

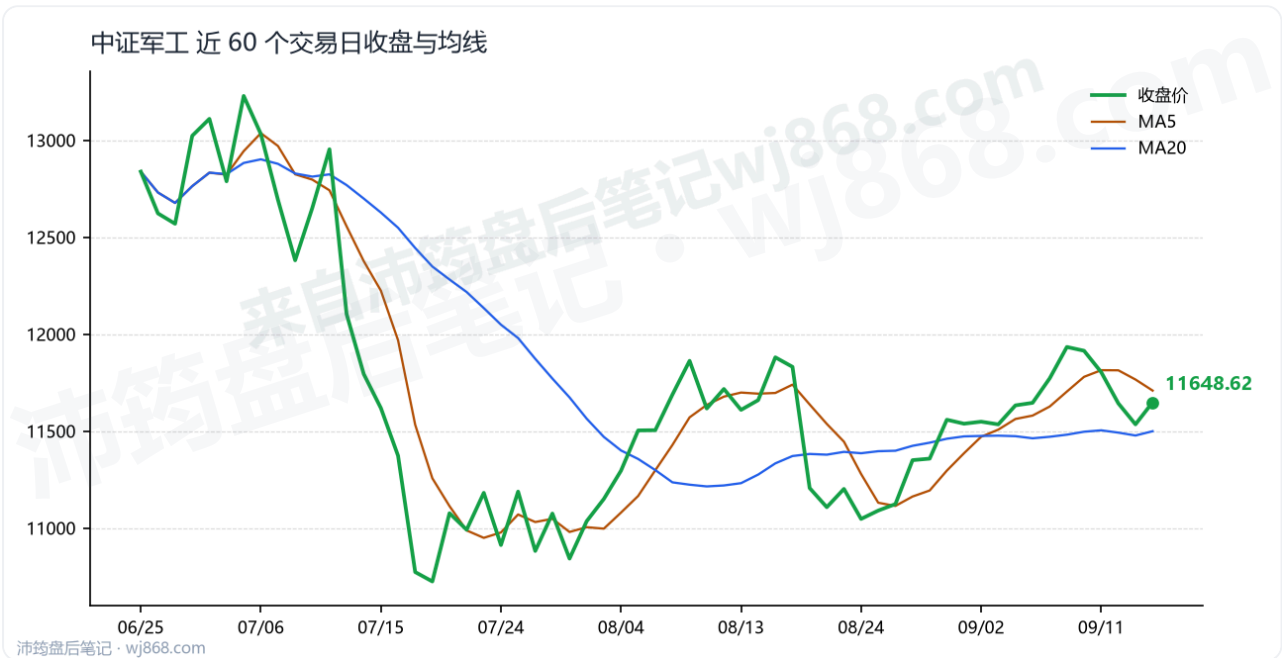
中证军工(399967) 11648.62：缩量 16.22%，跌落60日线

沛筠 · 2026年9月16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16日，周三。中证军工(399967)开在 **11531.65**，收在 **11648.62**，涨 113.76 个点，**+0.99%**。结束了此前连续 4 个交易日的下跌

全天最高 11656.70、最低 11458.88，收盘离全天最高只差 8.08 个点，收盘收在日内高侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	11531.65
最高	11656.70
最低	11458.88
收盘	11648.62
涨跌幅	+0.99% (113.76 点)
日内振幅	197.82 点 (1.71%)
军工板块成交额	431.51 亿
5 日均额	515.04 亿

量比	0.80
----	------

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	11709.00	下方 60.38
日线 MA10	11706.47	下方 57.85
日线 MA20（=布林中轨）	11499.45	上方 149.17
日线 MA30	11552.19	上方 96.43
日线 MA60	11699.63	下方 51.01
日线 MA120	12686.08	下方 1037.46
日线 MA250	13079.70	下方 1431.08
日线布林上轨	12031.98	下方 383.36
日线布林下轨	10966.92	上方 681.70

均线打了结——MA20/30 托在脚下，MA5/10/60 压在头上，这种缠绕结构里追涨杀跌都容易吃亏，等方向走出来再说。

三、指标：红柱连续第 14 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	+48.36	+29.13	+38.46

红柱在收窄（昨天 +55.11）。DIF 从昨天的 +51.87 走到 **+48.36**，DEA +29.13。KDJ 这边：K 值 40.54、D 值 56.00、**J 值 9.61**。K 值 40.54 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 49.68、RSI14 51.61，都在中性区。

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。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 31.79 亿

军工板块成交额 **431.51** 亿，缩量上涨（量比只有 0.80）——买盘追价的意愿不强，冲高的持续性先打个问号，放量补量之前别急着下结论。

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 0.80，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，中证军工 排在**第 11 位（涨0.99%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 [中证银行](#)（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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

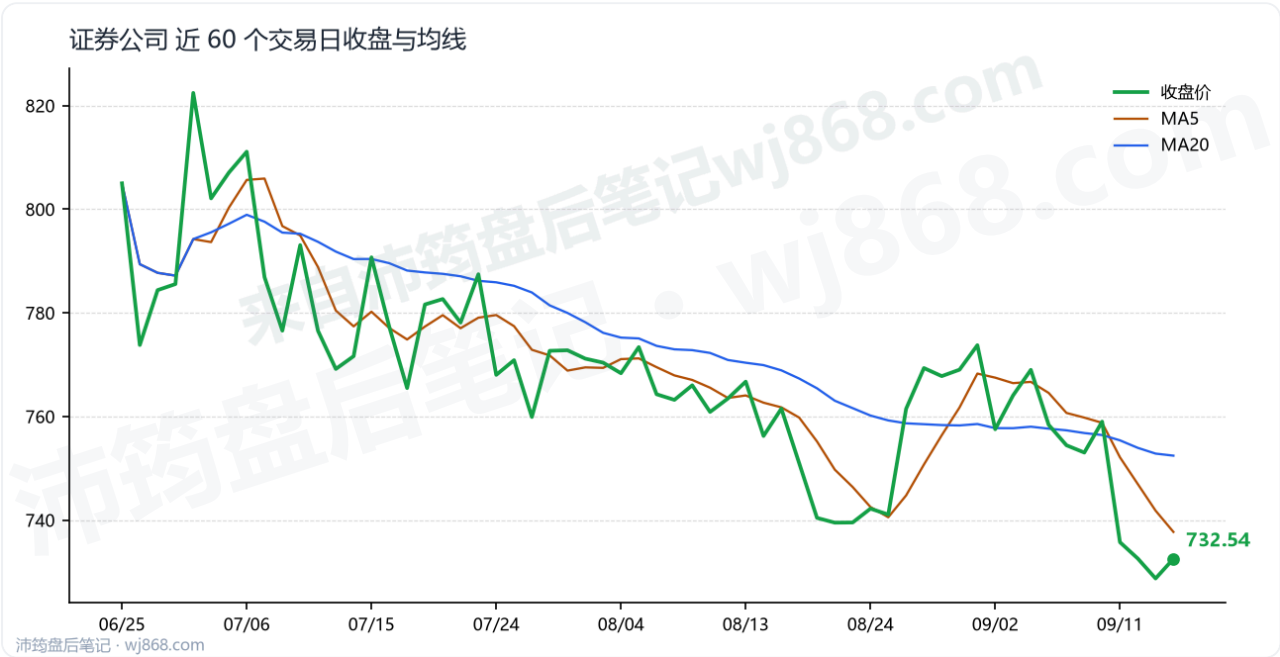
证券公司(399975) 732.54：缩量 17.30%，五线全失

沛筠 · 2026年9月16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16日，周三。证券公司(399975)开在 **728.07**，收在 **732.54**，涨 3.79 个点，**+0.52%**。结束了此前连续 3 个交易日的下跌

全天最高 735.52、最低 721.70，收盘收在日内高侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	728.07
最高	735.52
最低	721.70
收盘	732.54
涨跌幅	+0.52% (3.79 点)
日内振幅	13.82 点 (1.90%)
证券板块成交额	168.00 亿
5 日均额	203.14 亿
量比	0.86

振幅 1.90%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（第 18 / 20）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	737.73	下方 5.19
日线 MA10	748.76	下方 16.22
日线 MA20（= 布林中轨）	752.45	下方 19.91
日线 MA30	754.76	下方 22.22
日线 MA60	768.32	下方 35.78
日线 MA120	755.34	下方 22.80
日线 MA250	803.71	下方 71.17
日线布林上轨	780.91	下方 48.37
日线布林下轨	723.99	上方 8.55

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 (737.73)，再谈结构修复。

三、指标：绿柱第 4 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-7.06	-3.98	-6.15

绿柱在放大（昨天 -6.06）。DIF 从昨天的 -6.24 走到 **-7.06**，DEA -3.98。KDJ 这边：K 值 15.41、D 值 22.57、**J 值 1.09**。K 值 15.41 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 30.77、RSI14 38.14——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。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 33.68 亿

证券板块成交额 **168.00** 亿，缩量上涨（量比只有 0.86）——买盘追价的意愿不强，冲高的持续性先打个问号，放量补量之前别急着下结论。

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：今天高低点与昨天交错，**重心暂时没选出方向**，量比 0.86，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。

横向记一笔：今日 20 指数同台，证券公司排在**第 15 位（涨0.52%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 [中证银行](#)（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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) 7516.00: MACD 由红翻绿

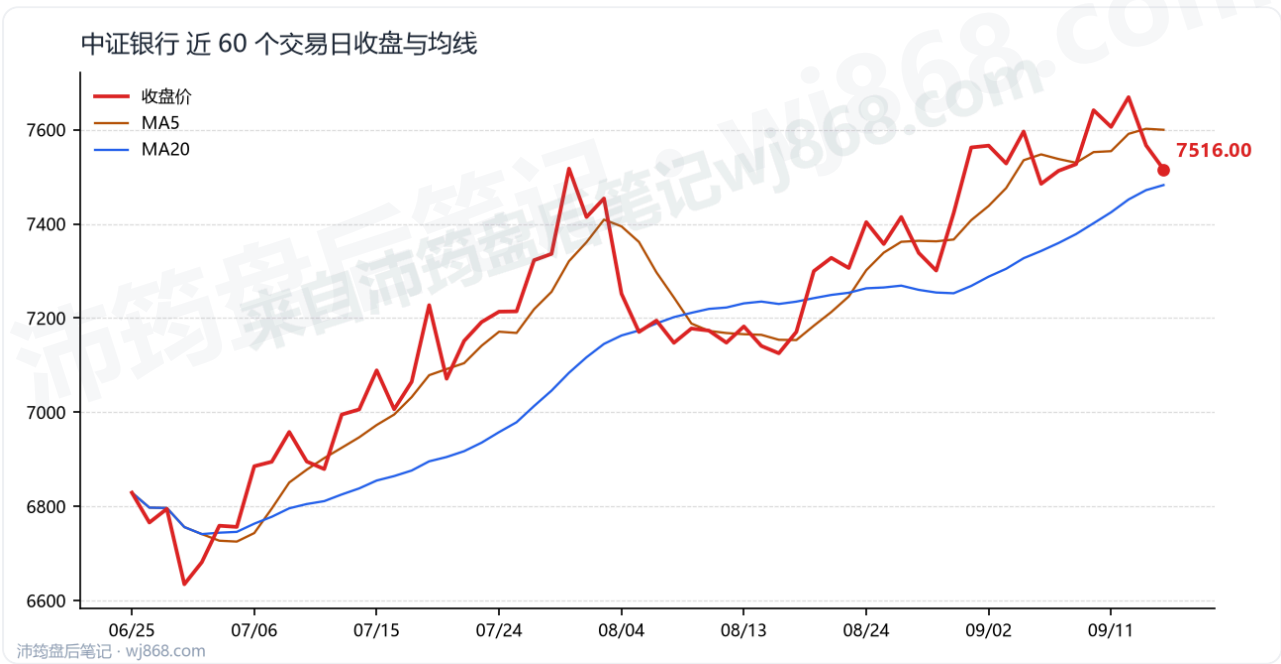
沛筠 · 2026年9月16日 · wj868.com

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16日，周三。中证银行(399986)开在 **7561.33**，收在 **7516.00**，跌 50.95 个点，**-0.67%**。这是连续第 2 个交易日下跌

全天最高 7587.70、最低 7464.31，收盘收在日内低侧。

收盘 **7516.00**，离 7500.00 整数关口只有 16.00 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	7561.33
最高	7587.70
最低	7464.31
收盘	7516.00
涨跌幅	-0.67% (-50.95 点)
日内振幅	123.39 点 (1.63%)
银行板块成交额	249.52 亿

5 日均额	260.80 亿
量比	0.97

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	7599.94	下方 83.94
日线 MA10	7564.94	下方 48.94
日线 MA20 (= 布林中轨)	7482.54	上方 33.46
日线 MA30	7380.38	上方 135.62
日线 MA60	7214.10	上方 301.90
日线 MA120	7204.48	上方 311.52
日线 MA250	7334.20	上方 181.80
日线布林上轨	7707.74	下方 191.74
日线布林下轨	7257.34	上方 258.66

短中期均线分歧明显：MA20/30/60 还托着，MA5/10 已经压下来，指数卡在成本带的夹缝里，先看两天量能再下结论。

三、指标：红柱只活了 18 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	+90.56	+92.94	-4.75

由红翻绿（昨天还是 +12.79）。DIF 从昨天的 +99.93 走到 **+90.56**，DEA +92.94。KDJ 这边：K 值 53.43、D 值 68.08、**J 值 24.13**。J 值从昨天 56.19 回落，短线冲劲在退。RSI6 45.78、RSI14 54.56，都在中性区。

今天 MACD 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。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 2.24 亿

银行板块成交额 **249.52** 亿，和前五个交易日的均值差不多（-4.33%，量比 0.97）——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 0.97，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。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证银行 排在**第 20 位（跌0.67%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 **中证银行**（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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

中证白酒(399997) 6182.27：下跌 0.37%

沛筠 · 2026年9月16日 · wj868.com

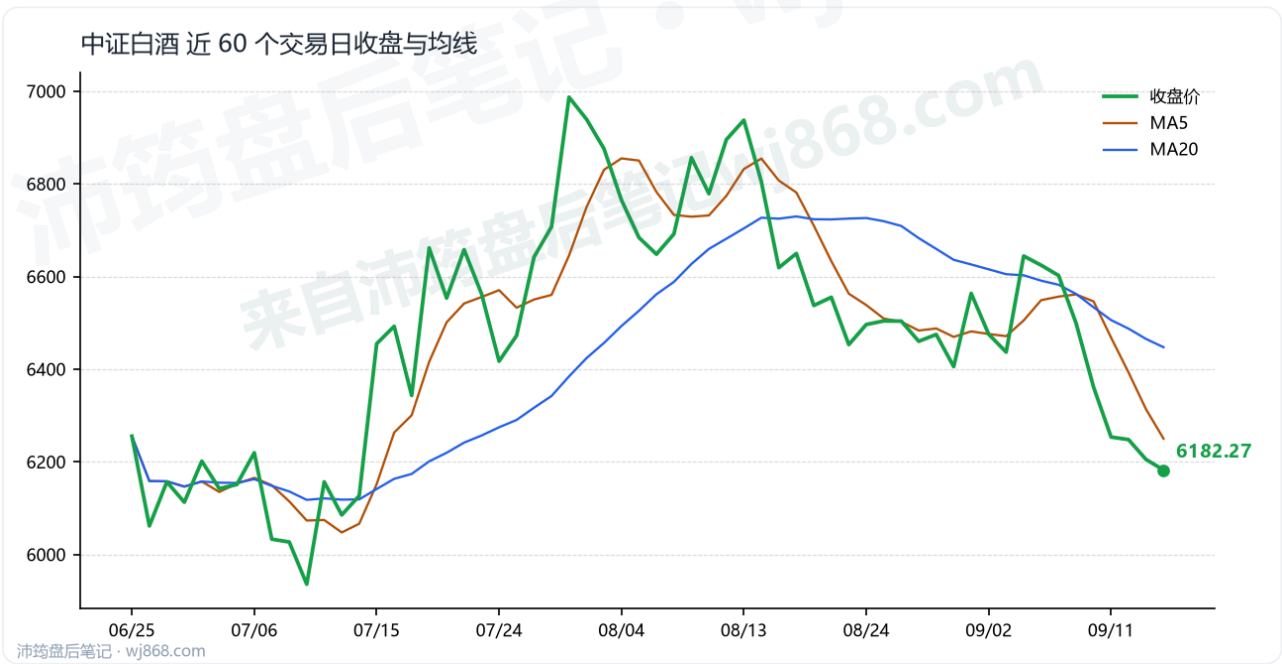
本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月16日，周三。中证白酒(399997)开在 **6196.37**，收在 **6182.27**，跌 22.67 个点，**-0.37%**。这是连续第 8 个交易日下跌

全天最高 6197.17、最低 6133.64，收盘收在日内低侧。

收盘 **6182.27**，离 6200.00 整数关口只有 17.73 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。

开盘就比昨天的收盘低 8.57 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。**



一、今天的账

项目	数值
开盘	6196.37
最高	6197.17
最低	6133.64
收盘	6182.27

涨跌幅	-0.37% (-22.67 点)
日内振幅	63.53 点 (1.02%)
白酒板块成交额	65.61 亿
5 日均额	71.36 亿
量比	0.77

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	6249.89	下方 67.62
日线 MA10	6405.57	下方 223.30
日线 MA20 (= 布林中轨)	6447.33	下方 265.06
日线 MA30	6545.50	下方 363.23
日线 MA60	6470.72	下方 288.45
日线 MA120	6870.63	下方 688.36
日线 MA250	8084.87	下方 1902.60
日线布林上轨	6711.16	下方 528.89
日线布林下轨	6183.50	下方 1.23

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 (6249.89) 。

三、指标：绿柱第 5 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-91.26	-53.91	-74.71

绿柱在放大（昨天 -69.45）。DIF 从昨天的 -79.29 走到 **-91.26**，DEA -53.91。KDJ 这边：K 值 10.38、D 值 19.49、**J 值 -7.82**。K 值 10.38 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 21.26、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。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 20.62 亿

白酒板块成交额 **65.61** 亿，和前五个交易日的均值差不多（-8.06%，量比 0.77）——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 0.77，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 18 位（跌0.37%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 [中证银行](#)（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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）。

2023年11月17日 星期五



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) 5913.66：放量 18.87%，上攻

沛筠 · 2026年9月16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16日，周三。中证人工智能(930713)开在 **5732.48**，收在 **5913.66**，涨 191.75 个点，**+3.35%**。这是连续第 2 个交易日上涨

全天最高 5928.47、最低 5718.27，收盘离全天最高只差 14.81 个点，收盘收在日内高侧。

今天的收盘价，就悬在 **20 日线 (5906.96)** 旁边，距离只有 0.11%——一条线分两界，站在线上修复，跌回线下是反复。

本周此前 2 个交易日累计跌 102.52 个点，今天一天涨回去 191.75 个点——把涨的全吐回去还多涨 89.23 个点。



一、今天的账

项目	数值
开盘	5732.48
最高	5928.47
最低	5718.27

收盘	5913.66
涨跌幅	+3.35% (191.75 点)
日内振幅	210.20 点 (3.67%)
人工智能板块成交额	1146.96 亿
5 日均额	964.85 亿
量比	1.06

振幅 3.67%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（第 18 / 20）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	5801.66	上方 112.00
日线 MA10	5866.23	上方 47.43
日线 MA20（= 布林中轨）	5906.96	上方 6.70
日线 MA30	6043.42	下方 129.76
日线 MA60	6419.40	下方 505.74
日线 MA120	6356.63	下方 442.97
日线 MA250	5782.57	上方 131.09
日线布林上轨	6135.11	下方 221.45
日线布林下轨	5678.80	上方 234.86

短中期均线分歧明显：MA5/10/20 还托着，MA30/60 已经压下来，指数卡在成本带的夹缝里，先看两天量能再下结论。

位置变化里最提气的一条：MA5、MA20 昨天还在头上压着，今天反过来托到脚下——同一条均线，一天之内从天花板变成垫脚石。

三、指标：红柱回来了

日期	DIF	DEA	柱
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

09/16	-122.92	-130.00	+14.16
-------	---------	---------	--------

由绿翻红（昨天还是 -8.88）。DIF 从昨天的 -136.21 走到 **-122.92**，DEA -130.00。KDJ 这边：K 值 33.67、D 值 29.80、**J 值 41.40**。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 54.71、RSI14 46.48，都在中性区。

今天出现一个值得单独点名的信号：**MACD 与 KDJ 同一天金叉**，也就是常说的「**金叉共振**」。长历史数据统计里，这是少数几个明显跑赢随机水平的组合——这类信号出现后 5 个交易日收涨的概率约五成出头、平均涨幅也比平时厚实。但它不是必涨信号，只是把赔率往上抬了一格：入不入场、入多少，照样按下面的点位阶梯来。

把镜头拉到近 20 日区间（5660.44 ~ 6159.00）：昨天收盘还挂在区间的 12.3% 分位，今天掉到 **50.8%**——一天从下半区翻回上半区。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 283.23 亿

人工智能板块成交额 **1146.96 亿**，全天比前五个交易日的均值放了 **18.87%**（量比 1.06），分歧在加大，多空都在真金白银下注，接下来波动不会小。

量能这会儿是**涨潮**：船是抬起来了，可浪也跟着大，站不稳的先晕船。

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 1.06，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，中证人工智能 排在**第 4 位（涨3.35%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 [中证银行](#)（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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）。

● 本論文は、2011年11月25日（水）に東京大学大学院経済学研究科で発表された。発表の機会をくださった同研究科の理事・教授・准教授・客員教授・研究員・学生に感謝する。また、匿名の査読者の方にも感謝する。

【例 1】某企业 2013 年 12 月 31 日应收账款账面余额为 1000 万元，已计提坏账准备 100 万元。2014 年 1 月 1 日，该企业应收账款账面余额为 1200 万元，已计提坏账准备 120 万元。2014 年 1 月 1 日，该企业应收账款账面余额为 1200 万元，已计提坏账准备 120 万元。2014 年 1 月 1 日，该企业应收账款账面余额为 1200 万元，已计提坏账准备 120 万元。



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

国证半导体芯片(980017) 16548.55：放量 44.80%，上攻

沛筠 · 2026年9月16日 · wj868.com

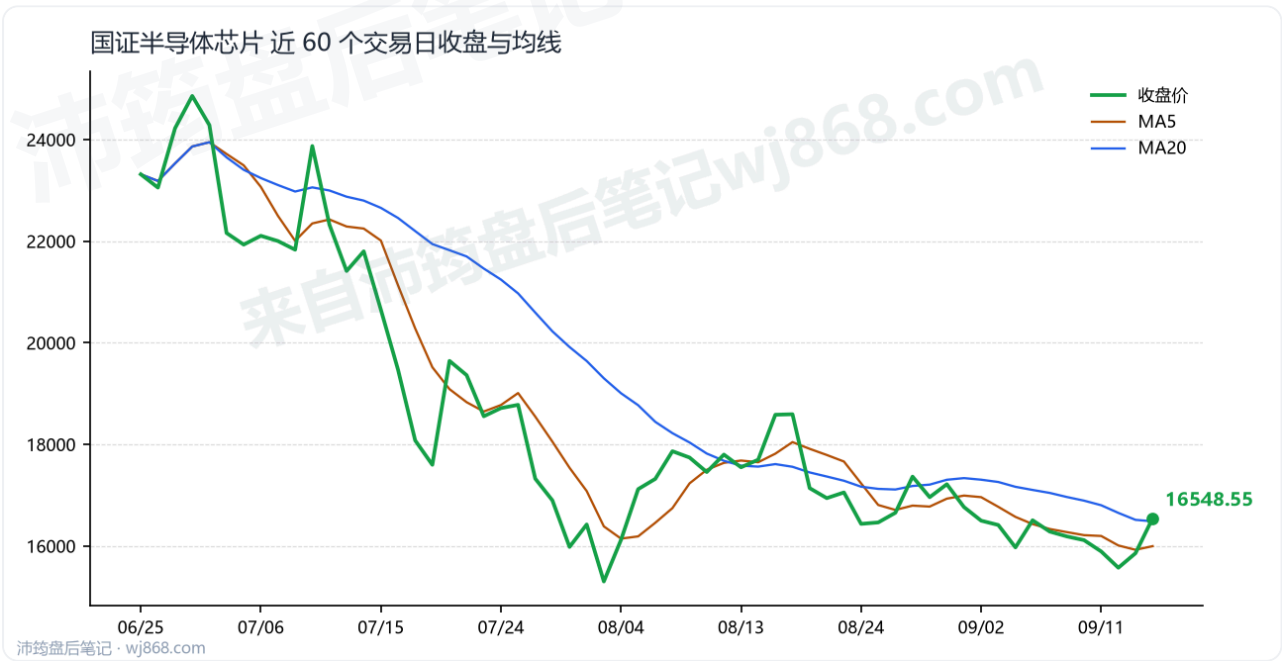
本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月16日，周三。国证半导体芯片(980017)开在 **15925.99**，收在 **16548.55**，涨 688.54 个点，**+4.34%**。这是连续第 2 个交易日上涨

全天最高 16629.43、最低 15843.80，收盘离全天最高只差 80.88 个点，收盘收在日内高侧。

今天的收盘价，就悬在 **20 日线 (16487.63)** 旁边，距离只有 0.37%——一条线分两界，站在线上修复，跌回线下是反复。

本周此前 2 个交易日累计跌 35.16 个点，今天一天涨回去 688.54 个点——把涨的全吐回去还多涨 653.38 个点。



一、今天的账

项目	数值
开盘	15925.99
最高	16629.43
最低	15843.80

收盘	16548.55
涨跌幅	+4.34% (688.54 点)
日内振幅	785.63 点 (4.95%)
芯片板块成交额	1120.51 亿
5 日均额	773.81 亿
量比	1.47

振幅 4.95%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（第 18 / 20）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	15999.16	上方 549.39
日线 MA10	16137.22	上方 411.32
日线 MA20（= 布林中轨）	16487.63	上方 60.91
日线 MA30	16917.42	下方 368.88
日线 MA60	18546.44	下方 1997.89
日线 MA120	17373.68	下方 825.13
日线 MA250	15181.88	上方 1366.66
日线布林上轨	17414.44	下方 865.89
日线布林下轨	15560.83	上方 987.72

短中期均线分歧明显：MA5/10/20 还托着，MA30/60 已经压下来，指数卡在成本带的夹缝里，先看两天量能再下结论。

位置变化里最提气的一条：MA5、MA20 昨天还在头上压着，今天反过来托到脚下——同一条均线，一天之内从天花板变成垫脚石。

三、指标：红柱回来了

日期	DIF	DEA	柱
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

09/16	-461.26	-493.85	+65.17
-------	---------	---------	--------

由绿翻红（昨天还是 -48.20）。DIF 从昨天的 -526.10 走到 **-461.26**，DEA -493.85。KDJ 这边：K 值 44.91、D 值 30.92、**J 值 72.91**。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 58.83、RSI14 47.82，都在中性区。

今天出现一个值得单独点名的信号：**MACD 与 KDJ 同一天金叉**，也就是常说的「**金叉共振**」。长历史数据统计里，这是少数几个明显跑赢随机水平的组合——这类信号出现后 5 个交易日收涨的概率约五成出头、平均涨幅也比平时厚实。但它不是必涨信号，只是把赔率往上抬了一格：入不入场、入多少，照样按下面的点位阶梯来。

把镜头拉到近 20 日区间（15457.30 ~ 17538.32）：昨天收盘还挂在区间的 19.4% 分位，今天掉到 **52.4%**——一天从下半区翻回上半区。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 274.97 亿

芯片板块成交额 **1120.51 亿**，放量 **44.80%**（量比 1.47）——这是真金白银换手出来的分歧，量先于价，接下来几个交易日大概率不会平静。

放量像**开闸放水**——水大的时候，石头和淤泥会一起冲下来，波动两头都大。

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 1.47，交投偏热，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4.34%）**；最强的是**国证半导体芯片**（涨4.34%），最弱的是 **中证银行**（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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）。

上证指数(000001) 3891.60：上涨 0.71%

沛筠 · 2026年9月16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 16 日，周三。上证指数(000001)开在 **3861.75**，收在 **3891.60**，涨 27.32 个点，**+0.71%**。结束了此前连续 4 个交易日的下跌

全天最高 3894.66、最低 3842.72，收盘离全天最高只差 3.06 个点，收盘收在日内高侧。

收盘 **3891.60**，离 3900.00 整数关口只有 8.40 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。

本周此前 2 个交易日累计跌 23.83 个点，今天一天涨回去 27.32 个点——把涨的全吐回去还多涨 3.49 个点。



一、今天的账

项目	数值
开盘	3861.75
最高	3894.66
最低	3842.72

收盘	3891.60
涨跌幅	+0.71% (27.32 点)
日内振幅	51.94 点 (1.34%)
沪市成交额	8711.41 亿
5 日均额	8309.72 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	3892.74	下方 1.14
日线 MA10	3916.07	下方 24.47
日线 MA20 (= 布林中轨)	3923.50	下方 31.90
日线 MA30	3929.31	下方 37.71
日线 MA60	3929.40	下方 37.80
日线 MA120	3997.72	下方 106.12
日线 MA250	3989.26	下方 97.66
日线布林上轨	3989.81	下方 98.21
日线布林下轨	3857.18	上方 34.42

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 (3892.74)，再谈结构修复。

三、指标：绿柱第 4 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-8.05	-0.16	-15.77

绿柱在收窄（昨天 -16.94）。DIF 从昨天的 -6.66 走到 **-8.05**，DEA -0.16。KDJ 这边：K 值 28.34、D 值 33.25、**J 值 18.52**。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 40.48、RSI14 44.97，都在中性区。

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。

把镜头拉到近 20 日区间（3842.72 ~ 3995.18）：昨天收盘还挂在区间的 14.1% 分位，今天掉到 **32.1%**。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 1071.58 亿

沪市成交额 **8711.41** 亿，和前五个交易日的均值差不多（4.83%，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：今天高低点与昨天交错，**重心暂时没选出方向**，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。

横向记一笔：今日 20 指数同台，上证指数 排在**第 12 位（涨0.71%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 [中证银行](#)（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

◆ 对照笔记：[国证半导体芯片\(980017\)](#) 16548.55：放量 44.80%，上攻

◆ 对照笔记：[中证银行\(399986\)](#) 7516.00：MACD 由红翻绿

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

五、还有 2 道缺口没补

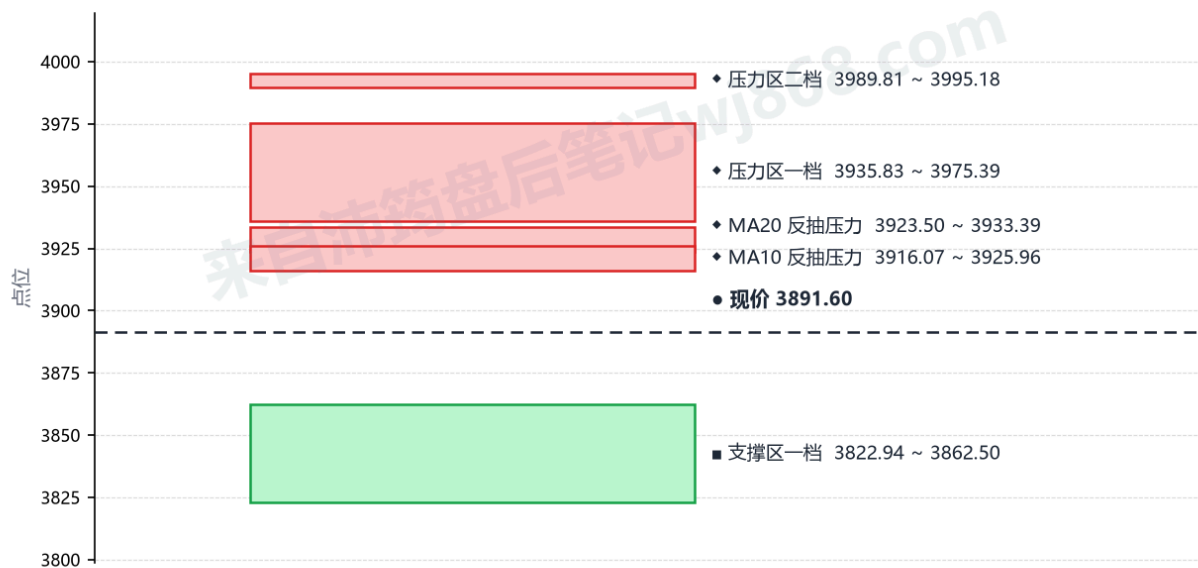
再往上翻，9 月 11 日（周五）有个向下缺口（**3912.32 ~ 3927.35**），拖了 3 个交易日没补——拖得越久，这道口子在心理上的分量就越重。

再往上翻，7 月 13 日（周一）有个向下缺口（**3983.05 ~ 3995.81**），拖了 47 个交易日没补——拖得越久，这道口子在心理上的分量就越重。

历史账翻出来看：缺口回补的统计口径里，六七成的缺口撑不过十个交易日，中位数 3 天——所以缺口更像日程表上的提醒，而不是判决书。

账都齐了，下面把这些参照位排成能直接看的档位。

上证指数 收盘点位阶梯（区间表述，非挂单价）



沪指盘后笔记 · wj868.com

六、位置和条件

档位	区间	依据
◆ 压力区二档	3989.81 ~ 3995.18	布林上轨 + 近 20 日最高
◆ 压力区一档	3935.83 ~ 3975.39	现价与布林上轨之间
◆ MA20 反抽压力	3923.50 ~ 3933.39	反抽至 MA20 (3923.50) 一带承压，收复才谈结构修复
◆ MA10 反抽压力	3916.07 ~ 3925.96	反抽至 MA10 (3916.07) 一带承压，站稳才谈反弹
● 现价	3891.60	09/16 收盘 (+0.71%)
■ 支撑区一档	3822.94 ~ 3862.50	近 20 日最低

从收盘 3891.60 往下，支撑要连起来看；支撑区一档的依据是近 20 日最低；合计带宽 **3822.94 ~ 3862.50** (39.56 个点)，从收盘到这里只有 **0.75%**；头顶最近的压力从 3916.07 起（距收盘 0.63%）；上下都不远，**按档位执行比预测方向更实际**。

基准剧本：MA20 (3923.50) 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。剧本写到这儿，剩下的交给盘面：站哪边、走哪边，作废条件以上方黄框为准。

- ⚠ 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 3862.50——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 3 个交易日，从上周收盘 3888.11 走到 **3891.60**，涨 3.49 个点（0.09%）；本周最高 3895.51、最低 3842.72。

周线这根 K：开 3867.02、收 3891.60，实体 24.58 个点的**阳线**，上影线 3.91、下影线 24.30。

周线 MACD 柱 **-18.57**，周线 KDJ 的 J 值 67.32——周线这一层的结构调整，比日线没那么急。

本月到今天第 12 个交易日：从上月收盘 3986.30 走到 3891.60，跌 94.70 个点（2.38%）；月内最高 3995.18、最低 3842.72。

一句话：**多空都没使全力，等方向。**

好的部分是——结构没有明显恶化。克制的部分是——四条中短期均线全在头顶。两个部分都是真的，凑在一起，我给 上证指数 **56%~64%** 的概率在 **3862.50 ~ 3995.18** 之间震荡、下探3842.72一线的机会略大，前提是收盘守住支撑区一档（**3842.72**）一线；作废条件：任一交易日收盘站出 3862.50 ~ 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）
月线	均线缠绕 · MACD 绿柱扩大 · KDJ J 值 10（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。

账记到这儿，下一个交易日（9 月 17 日（周四））收盘见。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 2026-09-16 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：缺口一定会补吗？

A：不一定。以主要指数的长历史统计，约六到七成的跳空缺口会在 10 个交易日内回补，中位数约 3 天；缺口是地图上的参照虚线，不是必然偿还的债。

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\(399975\)](#) 732.54：缩量 17.30%，五线全失

Q：股票新手怎么学炒股？

A：新手入门建议按顺序：了解交易规则（时间、T+1、涨跌幅）→ 学会看 K 线与成交量 → 用模拟盘或极小资金练手 → 养成记录与复盘习惯。学习材料可从交易所投资者教育专区等正规渠道获取，警惕收费荐股群与「带老师」。

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\(399001\)](#) 13454.74：上涨 1.26%
- [创业板指\(399006\)](#) 3311.47：上涨 1.96%
- [科创50\(000688\)](#) 1616.19：放量 47.19%，上攻
- [科创综指\(000680\)](#) 1890.25：放量 27.39%，上攻

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\(000001\)](#) 3864.28：下跌 0.54%
- [上证指数\(000001\)](#) 3885.33：下跌 0.07%
- [上证指数\(000001\)](#) 3888.11：MACD 由红翻绿

同品种往期复盘，可与本文对照阅读。

#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

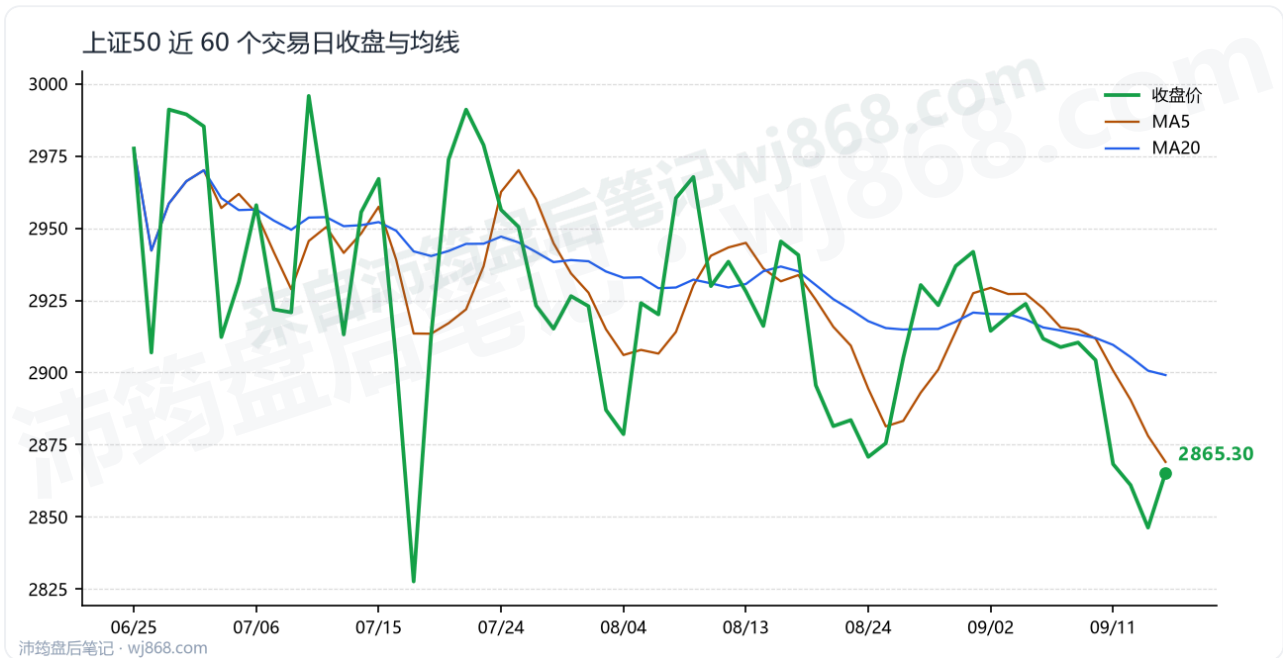
上证50(000016) 2865.30：上涨 0.67%

沛筠 · 2026年9月16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16日，周三。上证50(000016)开在 **2848.46**，收在 **2865.30**，涨 18.99 个点，**+0.67%**。结束了此前连续 4 个交易日的下跌

全天最高 2868.99、最低 2831.00，收盘离全天最高只差 3.69 个点，收盘收在日内高侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	2848.46
最高	2868.99
最低	2831.00
收盘	2865.30
涨跌幅	+0.67% (18.99 点)
日内振幅	37.99 点 (1.33%)
上证50成分股成交额	1273.96 亿
5 日均额	1142.65 亿

量比	0.98
----	------

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	2869.05	下方 3.75
日线 MA10	2891.95	下方 26.65
日线 MA20（=布林中轨）	2899.13	下方 33.83
日线 MA30	2910.84	下方 45.54
日线 MA60	2924.66	下方 59.36
日线 MA120	2924.14	下方 58.84
日线 MA250	2968.29	下方 102.99
日线布林上轨	2953.46	下方 88.16
日线布林下轨	2844.81	上方 20.49

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 (2869.05) 。

三、指标：绿柱第 5 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-14.52	-8.33	-12.38

绿柱在收窄（昨天 -13.27）。DIF 从昨天的 -13.42 走到 **-14.52**，DEA -8.33。KDJ 这边：K 值 21.35、D 值 27.28、**J 值 9.50**。K 值 21.35 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 35.24、RSI14 40.78——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。

把镜头拉到近 20 日区间（2831.00 ~ 2956.55）：昨天收盘还挂在区间的 12.2% 分位，今天掉到 **27.3%**。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 192.25 亿

上证50成分股成交额 **1273.96** 亿，和前五个交易日的均值差不多（11.49%，量比 0.98）——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：今天高低点与昨天交错，**重心暂时没选出方向**，量比 0.98，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。

横向记一笔：今日 20 指数同台，上证50 排在**第 14 位（涨0.67%）**；最强的是 **国证半导体芯片**（涨4.34%），最弱的是 **中证银行**（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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) 4480.27：上涨 0.68%

沛筠 · 2026年9月16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16日，周三。沪深300(000300)开在 **4449.88**，收在 **4480.27**，涨 30.23 个点，**+0.68%**。结束了此前连续 4 个交易日的下跌

全天最高 4483.36、最低 4417.60，收盘离全天最高只差 3.09 个点，收盘收在日内高侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	4449.88
最高	4483.36
最低	4417.60
收盘	4480.27
涨跌幅	+0.68% (30.23 点)
日内振幅	65.76 点 (1.48%)
沪深300成分股成交额	4764.52 亿
5 日均额	4292.66 亿

量比	1.02
----	------

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	4493.79	下方 13.52
日线 MA10	4527.59	下方 47.32
日线 MA20 (= 布林中轨)	4560.87	下方 80.60
日线 MA30	4600.18	下方 119.91
日线 MA60	4670.18	下方 189.91
日线 MA120	4726.41	下方 246.14
日线 MA250	4673.85	下方 193.58
日线布林上轨	4658.82	下方 178.55
日线布林下轨	4462.92	上方 17.35

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 (4493.79)，再谈结构修复。

三、指标：绿柱第 11 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-44.84	-36.55	-16.58

绿柱在收窄（昨天 -18.02）。DIF 从昨天的 -43.49 走到 **-44.84**，DEA -36.55。KDJ 这边：K 值 22.15、D 值 23.42、**J 值 19.62**。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 33.81、RSI14 38.42——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。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 816.76 亿

沪深300成分股成交额 **4764.52** 亿，量能平稳（10.99%，量比 1.02），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。

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 1.02，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。

横向记一笔：今日 20 指数同台，沪深300 排在**第 13 位（涨0.68%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 [中证银行](#)（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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）。

一、盘面数据速览

沪深300：今日成交额 4764.52 亿，量能平稳（10.99%，量比 1.02），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。

情绪面：今日高低点双双低于昨日，价格重心下移，量比 1.02，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。

横向对比：今日 20 指数同台，沪深300 排在第 13 位（涨 0.68%）；最强的是国证半导体芯片（涨 4.34%），最弱的是中证银行（跌 0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。





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) 1890.25：放量 27.39%，上攻

沛筠 · 2026年9月16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16日，周三。科创综指(000680)开在 **1828.91**，收在 **1890.25**，涨 65.73 个点，**+3.60%**。这是连续第 2 个交易日上涨

全天最高 1897.34、最低 1822.48，收盘离全天最高只差 7.09 个点，收盘收在日内高侧。

今天的收盘价，就悬在 **20 日线 (1897.75)** 旁边，距离只有 0.40%——一条线分两界，站在线上修复，跌回线下是反复。



一、今天的账

项目	数值
开盘	1828.91
最高	1897.34
最低	1822.48
收盘	1890.25
涨跌幅	+3.60% (65.73 点)
日内振幅	74.86 点 (4.10%)

科创板成交额	2859.81 亿
5 日均额	2244.93 亿
量比	1.19

振幅 4.10%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（第 18 / 20）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	1837.61	上方 52.64
日线 MA10	1860.62	上方 29.63
日线 MA20（= 布林中轨）	1897.75	下方 7.50
日线 MA30	1937.77	下方 47.52
日线 MA60	2036.17	下方 145.92
日线 MA120	2004.80	下方 114.55
日线 MA250	1836.53	上方 53.72
日线布林上轨	1995.48	下方 105.23
日线布林下轨	1800.03	上方 90.22

短中期均线分歧明显：MA5/10 还托着，MA20/30/60 已经压下来，指数卡在成本带的夹缝里，先看两天量能再下结论。

位置变化里最提气的一条：MA5 昨天还在头上压着，今天反过来托到脚下——同一条均线，一天之内从天花板变成垫脚石。

三、指标：绿柱第 10 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-39.46	-37.63	-3.66

绿柱在收窄（昨天 -14.77）。DIF 从昨天的 -44.56 走到 -39.46，DEA -37.63。KDJ 这边：K 值 40.03、D 值 28.81、J 值 62.47。J 值在往上走，短线情绪还在修复。

RSI6 57.61、RSI14 47.40，都在中性区。

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。

把镜头拉到近 20 日区间（1769.07 ~ 2000.58）：昨天收盘还挂在区间的 24.0% 分位，今天掉到 **52.3%**——一天从下半区翻回上半区。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 603.07 亿

科创板成交额 **2859.81** 亿，全天比前五个交易日的均值放了 **27.39%**（量比 1.19），分歧在加大，多空都在真金白银下注，接下来波动不会小。

量能这会儿是**涨潮**：船是抬起来了，可浪也跟着大，站不稳的先晕船。

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 1.19，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，科创综指 排在**第 3 位（涨3.60%）**；最强的是 **国证半导体芯片**（涨4.34%），最弱的是 **中证银行**（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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

科创50(000688)
 1616.19：放量 47.19%，上攻

沛筠 · 2026年9月16日 · wj868.com

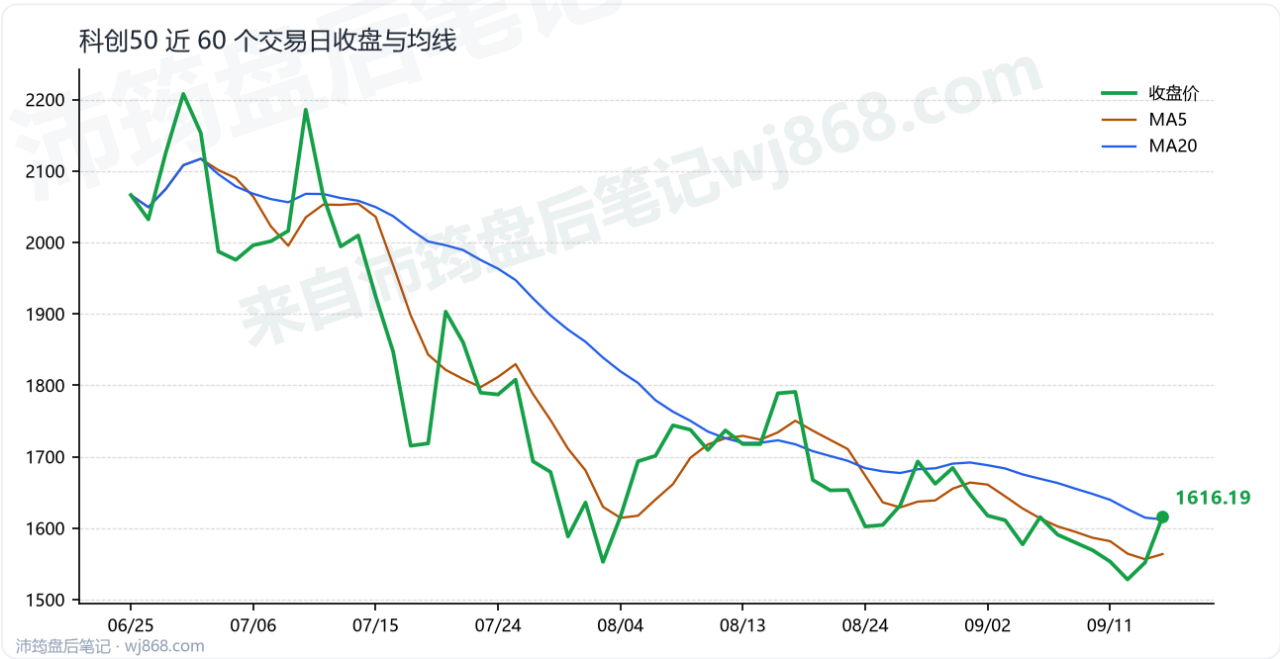
本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

09月16日，周三。科创50(000688)开在 **1558.38**，收在 **1616.19**，涨 64.23 个点，**+4.14%**。这是连续第 2 个交易日上涨

全天最高 1622.35、最低 1552.24，收盘离全天最高只差 6.16 个点，收盘收在日内高侧。

今天的收盘价，就悬在 **20 日线 (1612.24)** 旁边，距离只有 0.25%——一条线分两界，站在线上修复，跌回线下是反复。

本周此前 2 个交易日累计跌 1.43 个点，今天一天涨回去 64.23 个点——把涨的全吐回去还多涨 62.80 个点。



一、今天的账

项目	数值
开盘	1558.38
最高	1622.35
最低	1552.24

收盘	1616.19
涨跌幅	+4.14% (64.23 点)
日内振幅	70.11 点 (4.52%)
科创50成分股成交额	954.62 亿
5 日均额	648.55 亿
量比	1.23

振幅 4.52%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（第 19 / 20）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	1563.81	上方 52.38
日线 MA10	1579.41	上方 36.78
日线 MA20（= 布林中轨）	1612.24	上方 3.95
日线 MA30	1651.90	下方 35.71
日线 MA60	1769.78	下方 153.59
日线 MA120	1685.63	下方 69.44
日线 MA250	1537.53	上方 78.66
日线布林上轨	1699.66	下方 83.47
日线布林下轨	1524.82	上方 91.37

短中期均线分歧明显：MA5/10/20 还托着，MA30/60 已经压下来，指数卡在成本带的夹缝里，先看两天量能再下结论。

位置变化里最提气的一条：MA5、MA20 昨天还在头上压着，今天反过来托到脚下——同一条均线，一天之内从天花板变成垫脚石。

三、指标：红柱回来了

日期	DIF	DEA	柱
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

09/16	-40.75	-42.04	+2.58
-------	--------	--------	-------

由绿翻红（昨天还是 -8.31）。DIF 从昨天的 -46.51 走到 **-40.75**，DEA -42.04。KDJ 这边：K 值 40.89、D 值 26.86、**J 值 68.93**。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 59.14、RSI14 47.78，都在中性区。

今天 MACD 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。

把镜头拉到近 20 日区间（1516.20 ~ 1711.99）：昨天收盘还挂在区间的 18.3% 分位，今天掉到 **51.1%**——一天从下半区翻回上半区。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 229.62 亿

科创50成分股成交额 **954.62 亿**，放量 **47.19%**（量比 1.23）——这是真金白银换手出来的分歧，量先于价，接下来几个交易日大概率不会平静。

放量像**开闸放水**——水大的时候，石头和淤泥会一起冲下来，波动两头都大。

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 1.23，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4.14%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 [中证银行](#)（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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）。

...
...
...

【注】上述 3 个行业（通信、医药、金融）的毛利率均高于其他行业，且通信行业的毛利率最高，达到 40% 以上。这主要与通信行业的技术壁垒较高、研发投入较大有关。

【注】上述 3 个行业（通信、医药、金融）的毛利率均高于其他行业，且通信行业的毛利率最高，达到 40% 以上。这主要与通信行业的技术壁垒较高、研发投入较大有关。

【注】上述 3 个行业（通信、医药、金融）的毛利率均高于其他行业，且通信行业的毛利率最高，达到 40% 以上。这主要与通信行业的技术壁垒较高、研发投入较大有关。



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1000(000852) 7587.43：上涨 2.01%

沛筠 · 2026年9月16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16日，周三。中证1000(000852)开在 **7437.82**，收在 **7587.43**，涨 149.73 个点，**+2.01%**。

全天最高 7607.89、最低 7402.37，收盘离全天最高只差 20.46 个点，收盘收在日内高侧。

今天的收盘价，就悬在 **20 日线 (7590.16)** 旁边，距离只有 0.04%——一条线分两界，站在线上修复，跌回线下是反复。



一、今天的账

项目	数值
开盘	7437.82
最高	7607.89
最低	7402.37
收盘	7587.43
涨跌幅	+2.01% (149.73 点)
日内振幅	205.52 点 (2.76%)

中证1000成分股成交额	3982.51 亿
5 日均额	3799.44 亿
量比	0.95

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	7501.68	上方 85.75
日线 MA10	7556.44	上方 30.99
日线 MA20 (= 布林中轨)	7590.16	下方 2.73
日线 MA30	7638.55	下方 51.12
日线 MA60	7709.82	下方 122.39
日线 MA120	8036.30	下方 448.87
日线 MA250	7870.56	下方 283.13
日线布林上轨	7776.92	下方 189.49
日线布林下轨	7403.40	上方 184.03

均线缠绕：MA5/10 在脚下、MA20/30/60 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。

位置变化里最提气的一条：MA5 昨天还在头上压着，今天反过来托到脚下——**同一条均线，一天之内从天花板变成垫脚石。**

三、指标：绿柱第 4 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-32.85	-21.14	-23.41

绿柱在收窄（昨天 -40.32）。DIF 从昨天的 -38.38 走到 **-32.85**，DEA -21.14。KDJ 这边：K 值 49.42、D 值 46.07、**J 值 56.14**。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 53.97、RSI14 49.70，都在中性区。

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。

把镜头拉到近 20 日区间（7284.53 ~ 7802.55）：昨天收盘还挂在区间的 29.6% 分位，今天掉到 **58.5%**——一天从下半区翻回上半区。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 496.17 亿

中证1000成分股成交额 **3982.51** 亿，和前五个交易日的均值差不多（4.82%，量比0.95）——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：今天高低点与昨天交错，**重心暂时没选出方向**，量比 0.95，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。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证1000 排在**第 6 位（涨2.01%）**；最强的是**国证半导体芯片**（涨4.34%），最弱的是**中证银行**（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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）。

● 2010年10月10日(星期日) 晴
● 2010年10月11日(星期一) 晴
● 2010年10月12日(星期二) 晴
● 2010年10月13日(星期三) 晴
● 2010年10月14日(星期四) 晴
● 2010年10月15日(星期五) 晴
● 2010年10月16日(星期六) 晴
● 2010年10月17日(星期日) 晴
● 2010年10月18日(星期一) 晴
● 2010年10月19日(星期二) 晴
● 2010年10月20日(星期三) 晴
● 2010年10月21日(星期四) 晴
● 2010年10月22日(星期五) 晴
● 2010年10月23日(星期六) 晴
● 2010年10月24日(星期日) 晴
● 2010年10月25日(星期一) 晴
● 2010年10月26日(星期二) 晴
● 2010年10月27日(星期三) 晴
● 2010年10月28日(星期四) 晴
● 2010年10月29日(星期五) 晴
● 2010年10月30日(星期六) 晴
● 2010年10月31日(星期日) 晴

● 本书可作为高等院校、职业院校、培训机构、企业培训教材，也可供从事相关工作的工程技术人员参考。

◎ 附註：本報為便利讀者起見，特將本報地址及電話刊載於後，以便讀者來函或來電。本報地址：台北市中正區中正路一號。電話：二二二二。



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) 7683.47：上涨 1.61%

沛筠 · 2026年9月16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16日，周三。中证500(000905)开在 **7556.90**，收在 **7683.47**，涨 121.88 个点，**+1.61%**。结束了此前连续 5 个交易日的下跌

全天最高 7696.47、最低 7523.82，收盘离全天最高只差 13.00 个点，收盘收在日内高侧。

收盘 **7683.47**，离 7700.00 整数关口只有 16.53 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。

本周此前 2 个交易日累计跌 18.95 个点，今天一天涨回去 121.88 个点——把涨的全吐回去还多涨 102.93 个点。



一、今天的账

项目	数值
开盘	7556.90
最高	7696.47
最低	7523.82

收盘	7683.47
涨跌幅	+1.61% (121.88 点)
日内振幅	172.65 点 (2.28%)
中证500成分股成交额	3295.34 亿
5 日均额	3006.25 亿
量比	0.92

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	7622.92	上方 60.55
日线 MA10	7682.09	上方 1.38
日线 MA20 (= 布林中轨)	7755.29	下方 71.82
日线 MA30	7835.43	下方 151.96
日线 MA60	7971.95	下方 288.48
日线 MA120	8136.83	下方 453.36
日线 MA250	7862.68	下方 179.21
日线布林上轨	7978.08	下方 294.61
日线布林下轨	7532.50	上方 150.97

短中期均线分歧明显：MA5/10 还托着，MA20/30/60 已经压下来，指数卡在成本带的夹缝里，先看两天量能再下结论。

位置变化里最提气的一条：MA5 昨天还在头上压着，今天反过来托到脚下——**同一条均线，一天之内从天花板变成垫脚石。**

三、指标：绿柱第 10 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-74.01	-60.52	-26.98

绿柱在收窄（昨天 -43.09）。DIF 从昨天的 -78.70 走到 **-74.01**，DEA -60.52。KDJ 这边：K 值 39.98、D 值 36.39、**J 值 47.16**。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 49.22、RSI14 45.82，都在中性区。

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。

把镜头拉到近 20 日区间（7451.12 ~ 7986.43）：昨天收盘还挂在区间的 20.6% 分位，今天掉到 **43.4%**。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 598.15 亿

中证500成分股成交额 **3295.34** 亿，和前五个交易日的均值差不多（9.62%，量比 0.92）——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：今天高低点与昨天交错，**重心暂时没选出方向**，量比 0.92，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500 排在**第 8 位（涨1.61%）**；最强的是 **国证半导体芯片**（涨4.34%），最弱的是 **中证银行**（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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）。

【注：以上信息仅供参考，不作为投资建议。】
【注：以上信息仅供参考，不作为投资建议。】

【注：以上信息仅供参考，不作为投资建议。】
【注：以上信息仅供参考，不作为投资建议。】

【注：以上信息仅供参考，不作为投资建议。】



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

中证红利(000922) 5503.70：下跌 0.55%

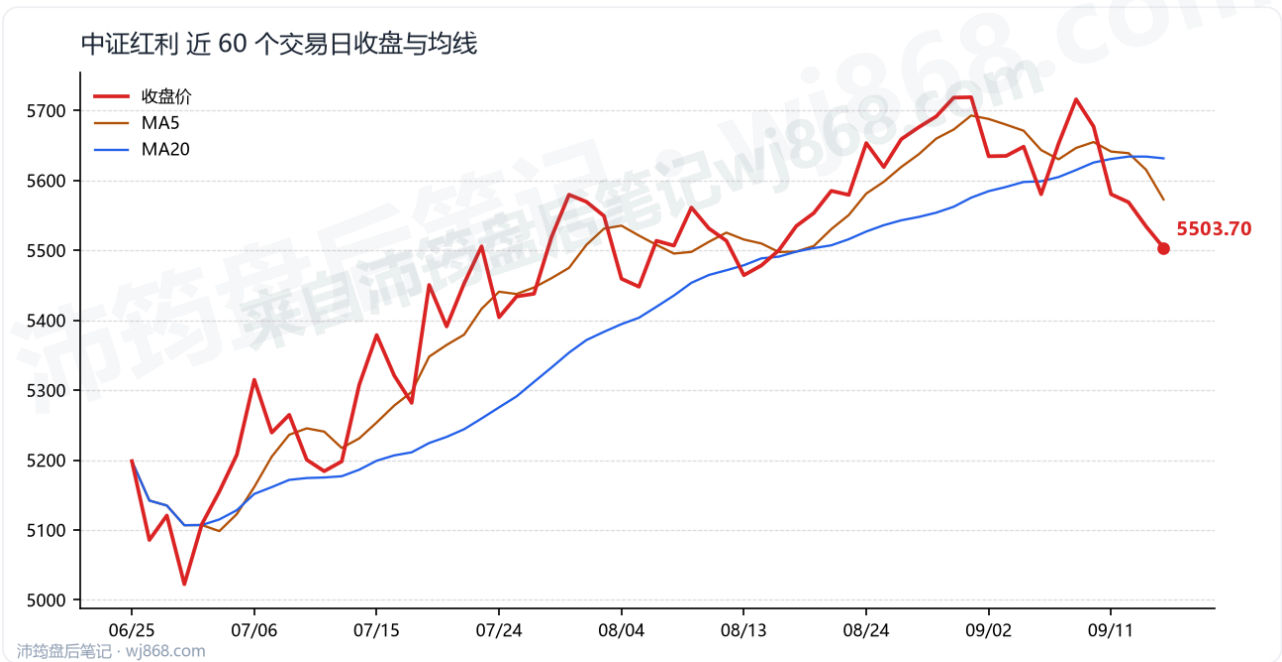
沛筠 · 2026年9月16日 · wj868.com

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 16 日，周三。中证红利(000922)开在 **5532.22**，收在 **5503.70**，跌 30.55 个点，**-0.55%**。这是连续第 5 个交易日下跌

全天最高 5539.18、最低 5465.45，收盘收在日内低侧。

收盘 **5503.70**，离 5500.00 整数关口只有 3.70 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	5532.22
最高	5539.18
最低	5465.45
收盘	5503.70
涨跌幅	-0.55% (-30.55 点)
日内振幅	73.73 点 (1.33%)
红利成分股成交额	462.39 亿

5 日均额	526.62 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	5572.82	下方 69.12
日线 MA10	5609.64	下方 105.94
日线 MA20 (= 布林中轨)	5631.60	下方 127.90
日线 MA30	5592.99	下方 89.29
日线 MA60	5459.66	上方 44.04
日线 MA120	5562.14	下方 58.44
日线 MA250	5595.68	下方 91.98
日线布林上轨	5751.62	下方 247.92
日线布林下轨	5511.58	下方 7.88

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 MA60 (5459.66)。

三、指标：绿柱第 9 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	+9.37	+33.52	-48.30

绿柱在放大（昨天 -39.80）。DIF 从昨天的 +19.66 走到 +9.37，DEA +33.52。KDJ 这边：K 值 18.21、D 值 27.93、J 值 -1.23。K 值 18.21 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 27.81、RSI14 42.15——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。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 38.49 亿

红利成分股成交额 **462.39 亿**，全天比前五个交易日的均值缩了 **12.20%**（量比 0.94）。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 0.94，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，中证红利 排在**第 19 位（跌0.55%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 [中证银行](#)（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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

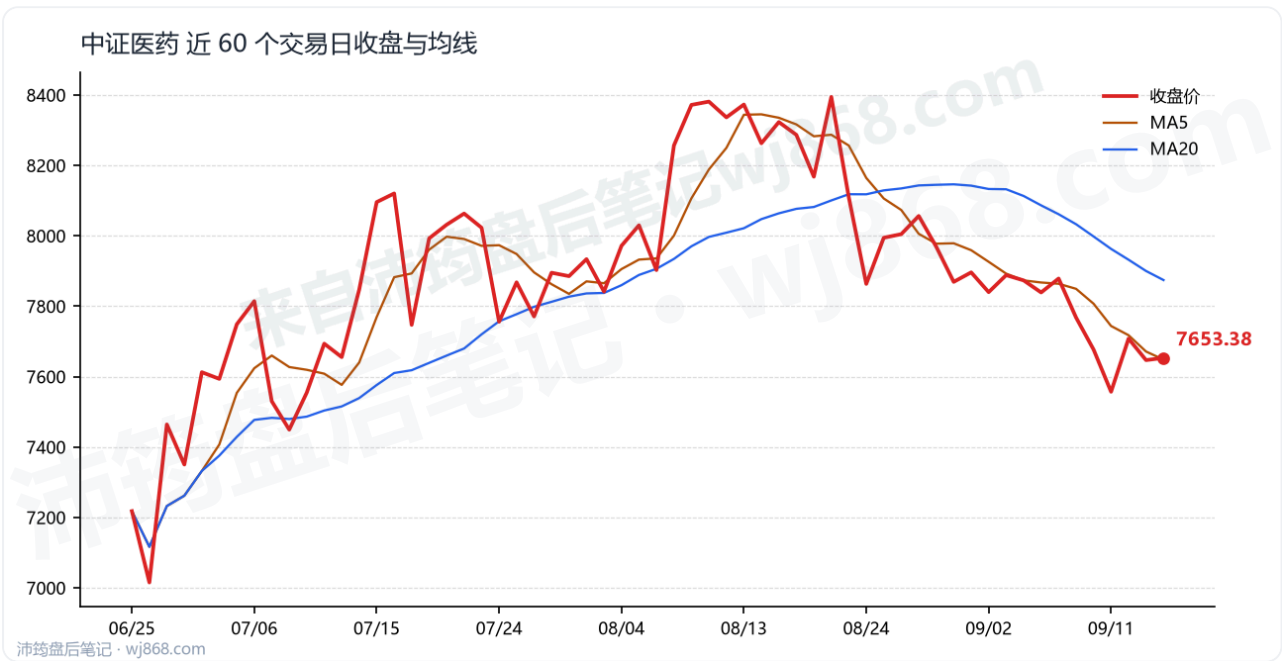
中证医药(000933) 7653.38：上涨 0.08%

沛筠 · 2026年9月16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 16 日，周三。中证医药(000933)开在 **7636.23**，收在 **7653.38**，涨 6.31 个点，**+0.08%**。

全天最高 7696.44、最低 7605.78，收盘收在日内高侧。



一、今天的账

项目	数值
开盘	7636.23
最高	7696.44
最低	7605.78
收盘	7653.38
涨跌幅	+0.08% (6.31 点)
日内振幅	90.66 点 (1.19%)
医药板块成交额	263.80 亿
5 日均额	284.78 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	7648.57	上方 4.81
日线 MA10	7749.08	下方 95.70
日线 MA20（=布林中轨）	7874.51	下方 221.13
日线 MA30	8005.17	下方 351.79
日线 MA60	7878.89	下方 225.51
日线 MA120	7775.97	下方 122.59
日线 MA250	8157.02	下方 503.64
日线布林上轨	8243.88	下方 590.50
日线布林下轨	7505.14	上方 148.24

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（7648.57）。

位置变化里最提气的一条：MA5 昨天还在头上压着，今天反过来托到脚下——同一条均线，一天之内从天花板变成垫脚石。

三、指标：绿柱第 21 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-96.92	-62.55	-68.74

绿柱在收窄（昨天 -79.18）。DIF 从昨天的 -93.54 走到 -96.92，DEA -62.55。KDJ 这边：K 值 29.85、D 值 25.14、J 值 39.26。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 36.75、RSI14 40.72——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。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 41.12 亿

医药板块成交额 **263.80** 亿，和前五个交易日的均值差不多（-7.37%，量比 0.90）——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 0.90，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，中证医药 排在**第 17 位（涨0.08%）**；最强的是 [国证半导体芯片](#)（涨4.34%），最弱的是 [中证银行](#)（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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）。

一、市场整体表现

昨日市场整体表现平稳，主要指数涨跌幅均在 1% 以内。成交量较前几日有所萎缩，市场情绪较为谨慎。

从板块角度来看，医药板块表现较为活跃，涨幅居前。而金融、地产板块则表现相对平淡。

值得注意的是，今日市场出现了一些新的资金流向，特别是在科技板块，显示出一定的关注度。

总体而言，市场在观望中寻求方向，后续走势仍需关注量能变化。





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) 5797.55：上涨 1.29%

沛筠 · 2026年9月16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16日，周三。中证全指(000985)开在 **5721.21**，收在 **5797.55**，涨 73.86 个点，**+1.29%**。结束了此前连续 4 个交易日的下跌

全天最高 5803.21、最低 5695.73，收盘离全天最高只差 5.66 个点，收盘收在日内高侧。

收盘 **5797.55**，离 5800.00 整数关口只有 2.45 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。

本周此前 2 个交易日累计跌 45.33 个点，今天一天涨回去 73.86 个点——把涨的全吐回去还多涨 28.53 个点。



一、今天的账

项目	数值
开盘	5721.21
最高	5803.21
最低	5695.73

收盘	5797.55
涨跌幅	+1.29% (73.86 点)
日内振幅	107.48 点 (1.88%)
全市场成交额	17780.08 亿
5 日均额	16884.39 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	5780.79	上方 16.76
日线 MA10	5828.82	下方 31.27
日线 MA20 (= 布林中轨)	5862.74	下方 65.19
日线 MA30	5905.02	下方 107.47
日线 MA60	5967.56	下方 170.01
日线 MA120	6134.77	下方 337.22
日线 MA250	6048.70	下方 251.15
日线布林上轨	5991.97	下方 194.42
日线布林下轨	5733.52	上方 64.03

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 (5780.79) 。

位置变化里最提气的一条：MA5 昨天还在头上压着，今天反过来托到脚下——**同一条均线，一天之内从天花板变成垫脚石。**

三、指标：绿柱第 5 天

日期	DIF	DEA	柱
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
09/16	-41.05	-29.12	-23.86

绿柱在收窄（昨天 -30.18）。DIF 从昨天的 -41.23 走到 **-41.05**，DEA -29.12。KDJ 这边：K 值 33.29、D 值 35.82、**J 值 28.22**。J 值在往上走，短线情绪还在修复。RSI6 44.04、RSI14 44.45，都在中性区。

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。

把镜头拉到近 20 日区间（5689.66 ~ 5988.02）：昨天收盘还挂在区间的 11.4% 分位，今天掉到 **36.2%**。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 2216.28 亿

全市场成交额 **17780.08 亿**，和前五个交易日的均值差不多（5.30%，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：今天高低点与昨天交错，**重心暂时没选出方向**，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。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证全指 排在**第 9 位（涨1.29%）**；最强的是 **国证半导体芯片**（涨4.34%），最弱的是 **中证银行**（跌0.67%）。首尾相差 5.01 个百分点，分化不小。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

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）。

【注】以上为 2023 年 12 月 1 日（星期一）至 12 月 31 日（星期三）期间的行情数据，仅供参考，不作为投资建议。

【注】以上为 2023 年 12 月 1 日（星期一）至 12 月 31 日（星期三）期间的行情数据，仅供参考，不作为投资建议。

【注】以上为 2023 年 12 月 1 日（星期一）至 12 月 31 日（星期三）期间的行情数据，仅供参考，不作为投资建议。



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