



关注盘面放量时点

市场分析

关注地缘变化。宏观方面，中国发展高层论坛2026年年会将于3月22日至23日在北京召开，主题为“‘十五五’的中国：高质量发展与共创新机遇”。国务院总理李强将出席本次论坛年会开幕式并发表主旨演讲。中央财经委员会办公室分管日常工作的副主任韩文秀、国家发改委主任郑栅洁、财政部部长蓝佛安、央行行长潘功胜、金融监管总局局长李云泽、证监会主席吴清等政府部门领导将参加。地缘方面，美国批准为期30天的授权，有条件放松对伊朗油品制裁，对于截至3月20日已经装船的伊朗原油和石油产品，允许其交付和销售。伊朗纳坦兹核设施遭到美国和以色列袭击，伊朗方面称，此举违反了包括《不扩散核武器条约》在内的国际法律法规。

指数分化。现货市场，本周三大指数走势分化，上证指数跌3.38%收于3957.05点，创业板指涨1.26%。《中华人民共和国金融法（草案）》向社会公开征求意见，金融法草案提出，建设完善安全、规范、透明、开放、有活力、有韧性的资本市场，推动投资和融资协调发展，支持中长期资金入市，增强资本市场内在稳定性。海外市场，本周美股三大指数全线收跌，其中道指跌2.11%收于45577.47点。

IM增仓。期货市场，股指当月合约到期，关注最新近月合约基差变动。成交持仓方面，股指期货的成交量增加，仅IM持仓量较上周有所增加。

策略

当前国内盘面分化严重，沪指创年内新低，而创业板指仍维持相对高位，这一表现与近期不同类型资金的分化相契合。当前阶段市场资金尚未出现明显放量，后续需持续关注量能变化情况，若出现放量，可能意味着变盘节点临近。

风险

若国内政策落地不及预期、海外货币政策超预期、地缘风险升级，股指有下行风险

目录

一、股票市场数据.....	3
二、股指期货市场数据.....	5

图表

图1：沪深两市成交金额.....	4
图2：融资余额.....	4
图3：IH合约持仓量 单位：手.....	5
图4：IF各合约持仓量 单位：手.....	5
图5：IC合约持仓量 单位：手.....	6
图6：IM合约持仓量 单位：手.....	6
图7：IH合约最新持仓占比 单位：%.....	6
图8：IF合约最新持仓占比 单位：%.....	6
图9：IC合约最新持仓占比 单位：%.....	6
图10：IM合约最新持仓占比 单位：%.....	6
图11：外资IH合约净持仓数量 单位：手.....	7
图12：外资IF合约净持仓数量 单位：手.....	7
图13：外资IC合约净持仓数量 单位：手.....	7
图14：外资IM合约净持仓数量 单位：手.....	7
图15：IF基差.....	8
图16：IH基差.....	8
图17：IC基差.....	8
图18：IM基差.....	8
图19：IH跨期价差 单位：点.....	10
图20：IF跨期价差 单位：点.....	10
图21：IC跨期价差 单位：点.....	10
图22：IM跨期价差 单位：点.....	10
表1：国内主要股票指数周度表现.....	3
表2：全球主要股票指数周度表现.....	3
表3：股指期货持仓量和成交量.....	5
表4：股指期货基差（期货-现货）.....	7
表5：股指期货跨期价差.....	8

一、股票市场数据

表1：国内主要股票指数周度表现

	2026-03-20	2026-03-13	周度涨跌幅
上证综指	3957.05	4095.45	-3.38%
深证成指	13691.38	13289.18	3.03%
创业板指	3352.10	3310.28	1.26%
沪深300指数	4567.02	4567.02	-2.19%
上证50指数	2883.86	2956.85	-2.47%
中证500指数	7760.04	8239.80	-5.82%
中证1000指数	7783.43	8214.29	-5.25%
中小综指	14727.68	15507.23	-5.03%
科创50指数	1318.31	1373.64	-4.03%
国证2000指数	10197.02	10784.55	-5.45%

资料来源：同花顺，华泰期货研究院

表2：全球主要股票指数周度表现

	2026-03-20	2026-03-13	周度涨跌幅
道琼斯工业平均指数	45577.47	46558.47	-2.11%
标普500指数	6506.48	6632.19	-1.90%
纳指	21647.61	22105.36	-2.07%

恒生指数	25277.32	25465.60	-0.74%
斯托克50指数	5501.28	5716.61	-3.77%
金融时报100指数	9918.33	10261.15	-3.34%
德国DAX指数	22380.19	23447.29	-4.55%
法国CAC40指数	7665.62	7911.53	-3.11%
巴西IBOVESPA指数	176219.00	177653.00	-0.81%
俄罗斯RTS指数	1074.43	1127.70	-4.72%
日经225指数	53372.53	53819.61	-0.83%
韩国综合指数	5781.20	5487.24	5.36%
印度Sensex30指数	74532.96	74575.68	-0.06%

资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图1：沪深两市成交金额



资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图2：融资余额



资料来源：同花顺，华泰期货研究院

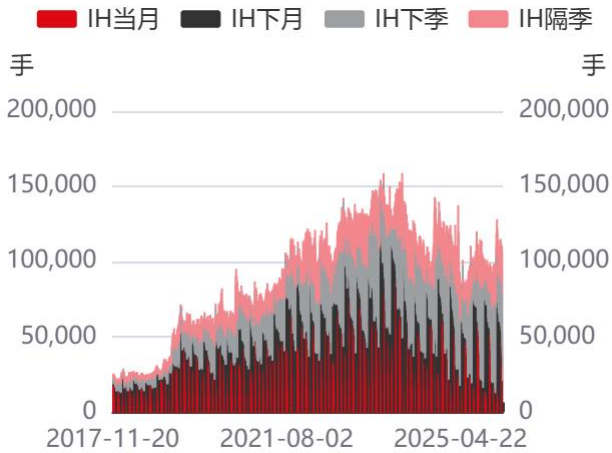
二、股指期货市场数据

表3：股指期货持仓量和成交量

	成交量		持仓量	
	当日值	上周同期	当日值	上周同期
IF	140529	105420	261102	271580
IH	68764	40231	99575	104055
IC	200135	143226	269915	280376
IM	290587	202030	386516	376110

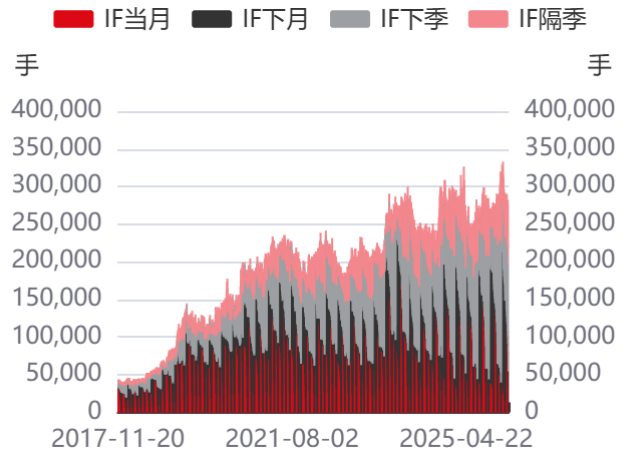
资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图3：IH合约持仓量 | 单位：手



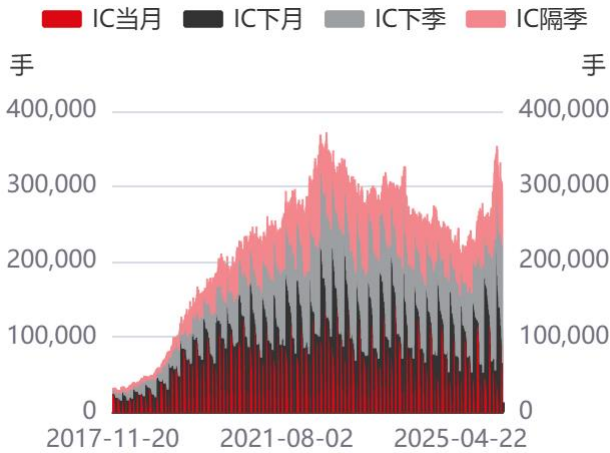
资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图4：IF各合约持仓量 | 单位：手



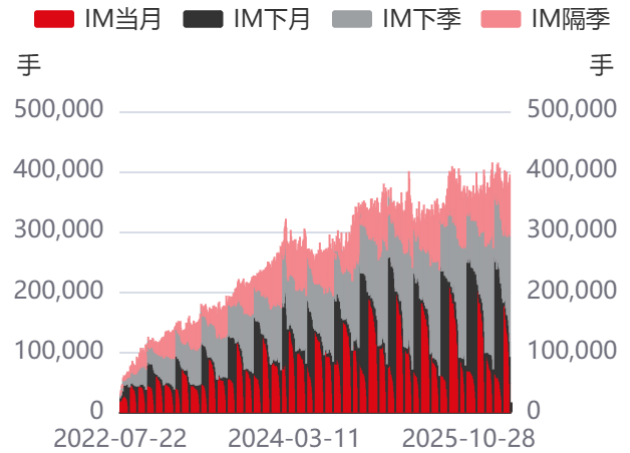
资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图5: IC合约持仓量 | 单位: 手



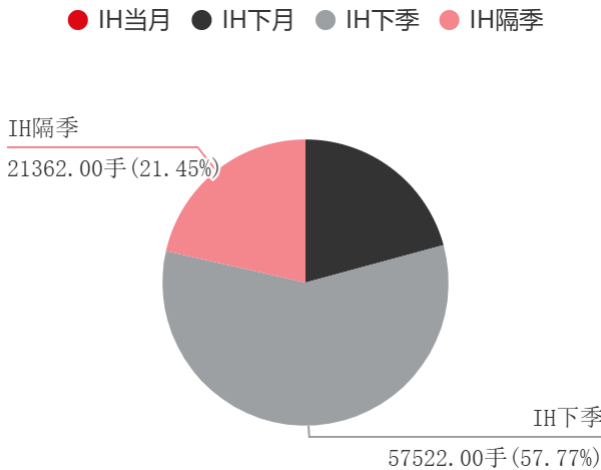
资料来源: 同花顺, 华泰期货研究院

图6: IM合约持仓量 | 单位: 手



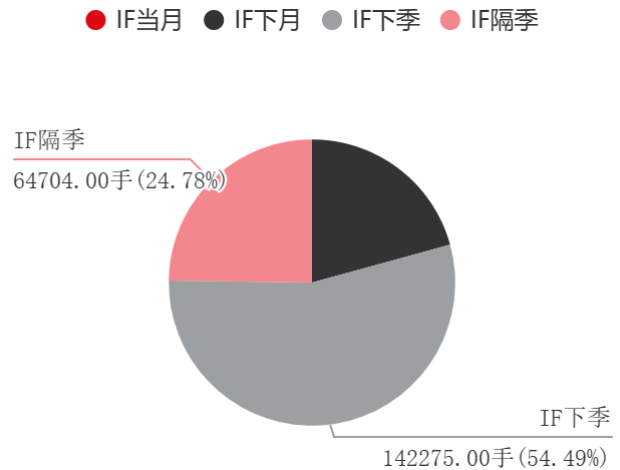
资料来源: 同花顺, 华泰期货研究院

图7: IH合约最新持仓占比 | 单位: %



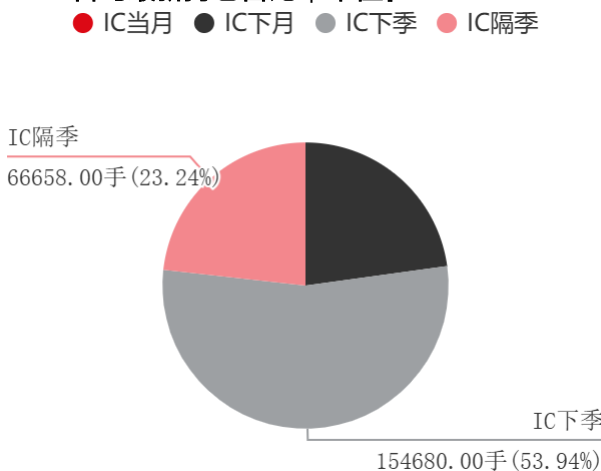
资料来源: 同花顺, 华泰期货研究院

图8: IF合约最新持仓占比 | 单位: %



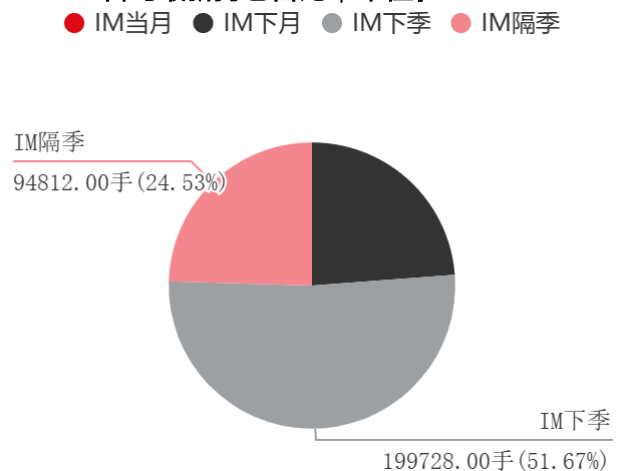
资料来源: 同花顺, 华泰期货研究院

图9: IC合约最新持仓占比 | 单位: %



资料来源: 同花顺, 华泰期货研究院

图10: IM合约最新持仓占比 | 单位: %



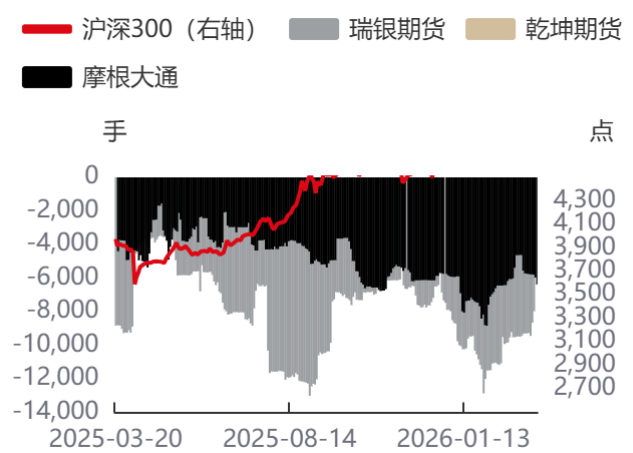
资料来源: 同花顺, 华泰期货研究院

图11：外资IH合约净持仓数量 | 单位：手



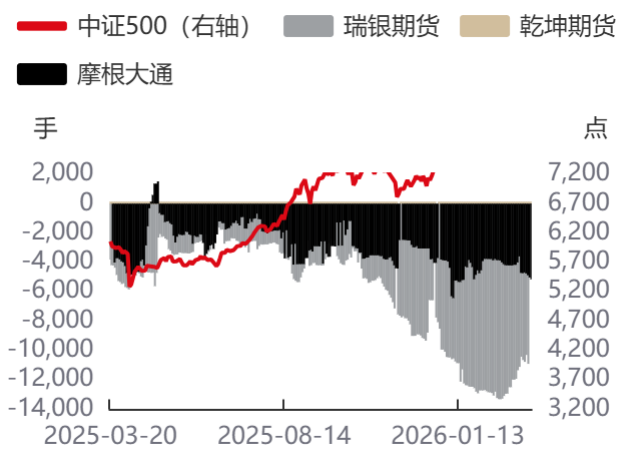
资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图12：外资IF合约净持仓数量 | 单位：手



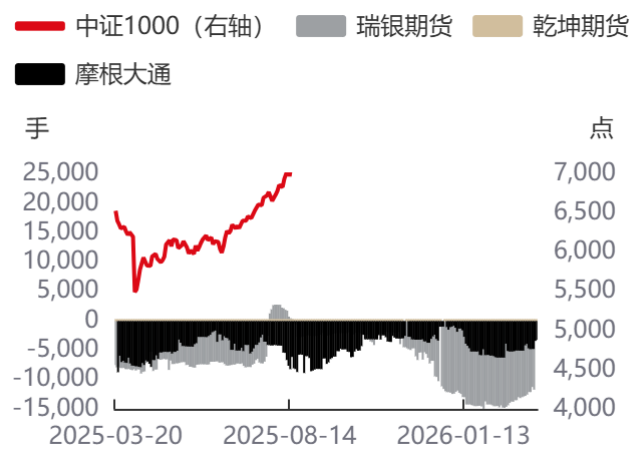
资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图13：外资IC合约净持仓数量 | 单位：手



资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图14：外资IM合约净持仓数量 | 单位：手



资料来源：同花顺，华泰期货研究院

表4：股指期货基差（期货-现货）

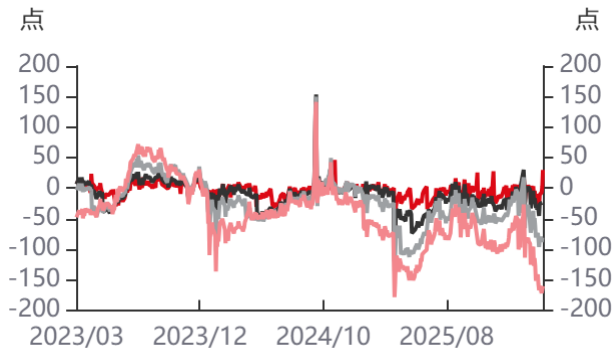
	当月合约基差		次月合约基差		当季合约基差		下季合约基差	
	当日值	上周同期	当日值	上周同期	当日值	上周同期	当日值	上周同期
IF	29.78	-11.14	-27.02	-25.94	-80.62	-85.54	-160.42	-160.74
IH	14.54	0.15	-2.46	-1.65	-18.06	-11.05	-51.26	-50.25

IC	84.36	-26.00	-63.44	-74.80	-200.64	-209.00	-377.24	-376.40
IM	92.77	-27.29	-55.63	-96.69	-223.43	-263.09	-439.43	-468.29

资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图15: IF基差

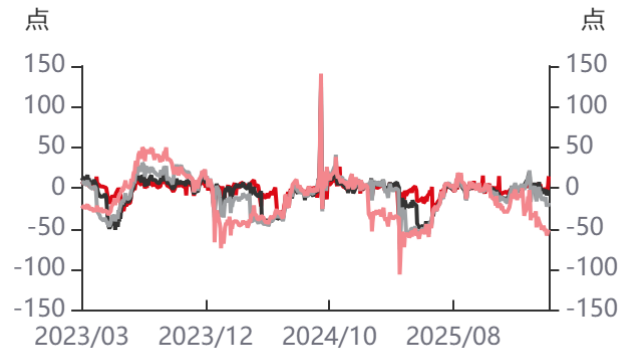
IF00.CFE IF01.CFE IF02.CFE IF03.CFE



资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图16: IH基差

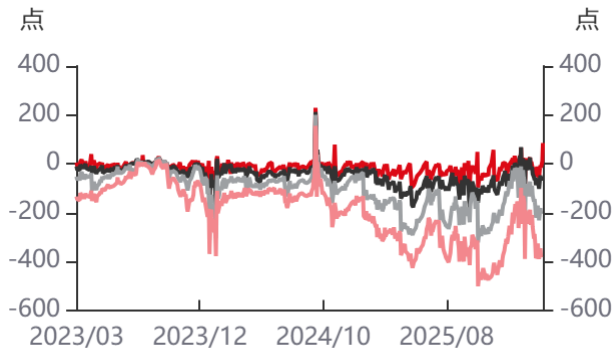
IH00.CFE IH01.CFE IH02.CFE IH03.CFE



资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图17: IC基差

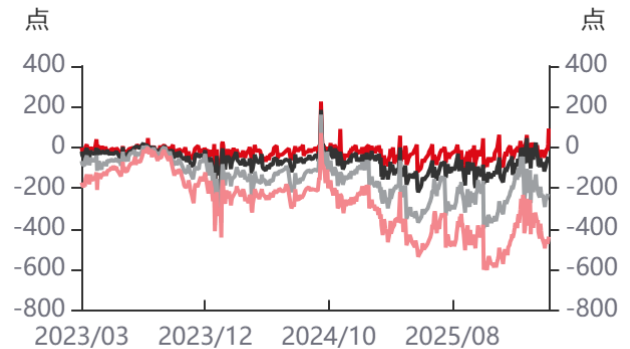
IC00.CFE IC01.CFE IC02.CFE IC03.CFE



资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图18: IM基差

IM00.CFE IM01.CFE IM02.CFE IM03.CFE



资料来源：同花顺，华泰期货研究院

表5: 股指期货跨期价差

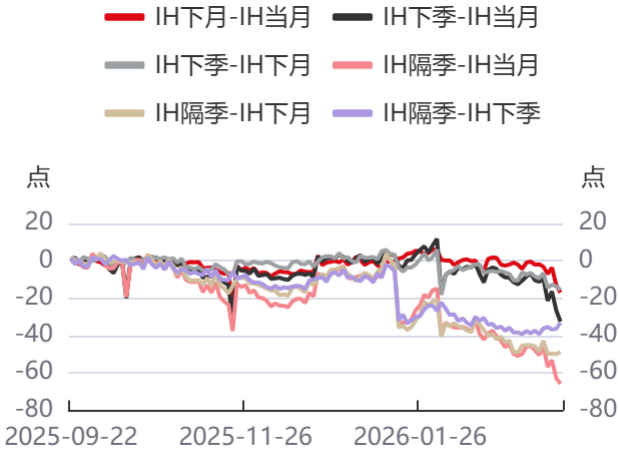
		IF	IH	IC	IM
--	--	----	----	----	----

次月-当月	当日值	-56.80	-17.00	-147.80	-148.40
	上周同期	-16.00	-5.00	-8.20	-11.00
下季-当月	当日值	-110.40	-32.60	-285.00	-316.20
	上周同期	-55.80	-7.00	-117.60	-178.40
隔季-当月	当日值	-190.20	-65.80	-461.60	-532.20
	上周同期	-108.40	-39.00	-234.80	-348.00
下季-次月	当日值	-53.60	-15.60	-137.20	-167.80
	上周同期	-39.80	-2.00	-109.40	-167.40
隔季-次月	当日值	-133.40	-48.80	-313.80	-383.80
	上周同期	-92.40	-34.00	-226.60	-337.00

隔季-下季	当日值	-79.80	-33.20	-176.60	-216.00
	上周同期	-52.60	-32.00	-117.20	-169.60

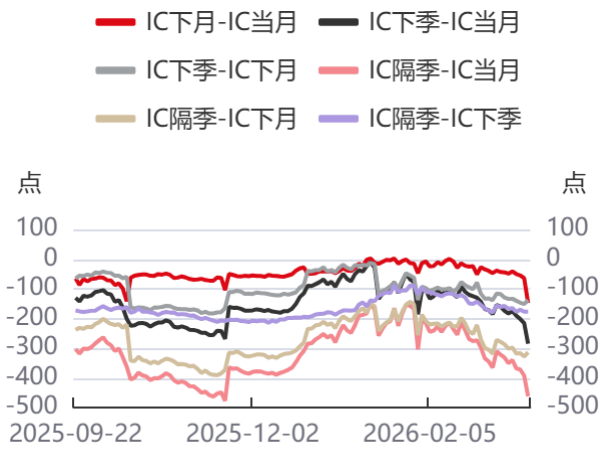
资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图19: IH跨期价差 | 单位: 点



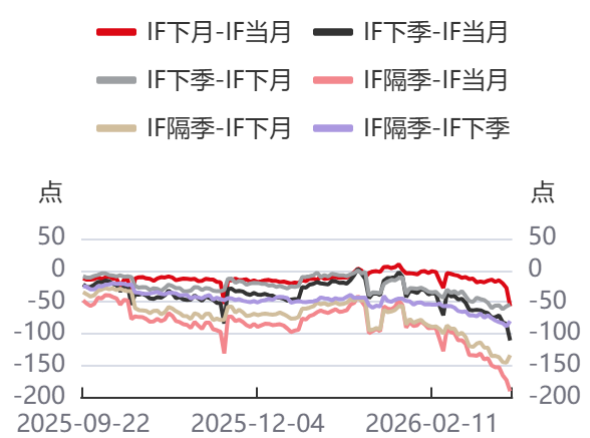
资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图21: IC跨期价差 | 单位: 点



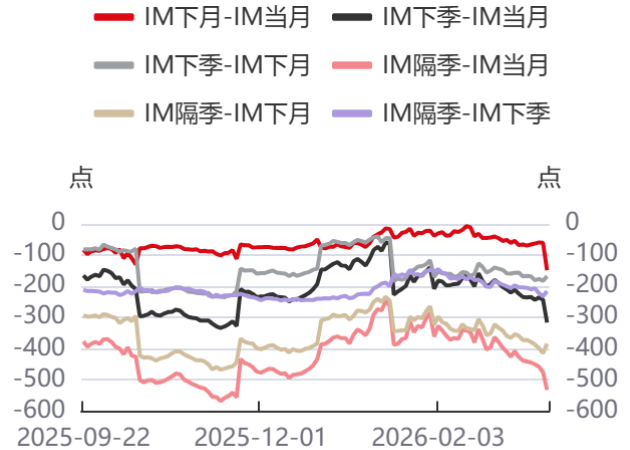
资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图20: IF跨期价差 | 单位: 点



资料来源：同花顺，华泰期货研究院

图22: IM跨期价差 | 单位: 点



资料来源：同花顺，华泰期货研究院

本期分析研究员



蔡劭立

从业资格号: F3063489
投资咨询号: Z0014617



高聪

从业资格号: F3063338
投资咨询号: Z0016648



汪雅航

从业资格号: F03099648
投资咨询号: Z0019185

联系人



朱风芹

从业资格号: F03147242



朱思谋

从业资格号: F03142856

投资咨询业务资格:
证监许可【2011】1289号

免责声明

本报告基于本公司认为可靠的、已公开的信息编制，但本公司对该等信息的准确性及完整性不作任何保证。本报告所载的意见、结论及预测仅反映报告发布当日的观点和判断。在不同时期，本公司可能会发出与本报告所载意见、评估及预测不一致的研究报告。本公司不保证本报告所含信息保持在最新状态。本公司对本报告所含信息可在不发出通知的情形下做出修改，投资者应当自行关注相应的更新或修改。

本公司力求报告内容客观、公正，但本报告所载的观点、结论和建议仅供参考，投资者并不能依靠本报告以取代行使独立判断。对投资者依据或者使用本报告所造成的一切后果，本公司及作者均不承担任何法律责任。

本报告版权仅为本公司所有。未经本公司书面许可，任何机构或个人不得以翻版、复制、发表、引用或再次分发他人等任何形式侵犯本公司版权。如征得本公司同意进行引用、刊发的，需在允许的范围内使用，并注明出处为“华泰期货研究院”，且不得对本报告进行任何有悖原意的引用、删节和修改。本公司保留追究相关责任的权力。所有本报告中使用的商标、服务标记及标记均为本公司的商标、服务标记及标记。

华泰期货有限公司版权所有并保留一切权利。

公司总部

广州市天河区临江大道1号之一2101-2106单元 | 邮编: 510000

电话: 400-6280-888

网址: www.htfc.com



客服热线：400-628-0888

官方网址：www.htfc.com

公司总部：广州市南沙区横沥镇明珠三街1号10层1001-1004、1011-1016房