

写在前面：本文系统整理股票入门知识，从基础概念到实战技巧，适合零基础投资者循序渐进学习。文章篇幅较长，建议收藏后分章节阅读。

下载PDF版本

为了方便离线阅读，我已将全文整理为PDF文件，你可以下载到本地：

 [点击下载《股票入门知识大全》PDF](#)

文件信息：约2.2万字，30+表格，PDF大小约1.2MB

温馨提示：PDF版本适合打印或在平板上阅读，排版更精美。

学习路径建议

第一阶段：基础认知 → 第二阶段：交易规则 → 第三阶段：看懂界面 → 第四阶段：技术分析 → 第五阶段：投资策略 → 第六阶段：风险管理

第一阶段：基础认知

1.1 什么是股票？

股票（Stock）：是股份有限公司发行的有价证券，用以证明投资者的股东身份和权益，并据以获得股息和红利的凭证。

核心逻辑： - 公司发行股票 → 募集资金发展业务 - 投资者买入股票 → 成为股东，分享公司成长收益 - 股票可以在二级市场买卖 → 价格随供需关系波动

股票的本质： - **所有权凭证**：持有股票 = 成为公司股东 - **收益来源**：股息红利 + 资本利得（低买高卖） - **风险承担**：公司经营好坏直接影响股价

1.2 中国股市架构

两大交易所

交易所	代码前缀	市场定位
上海证券交易所（沪市）	600/601/603/688	主板大盘股 + 科创板
深圳证券交易所（深市）	000/001/002/300/301	主板 + 中小板 + 创业板

股票代码速查表

板块	代码开头	推出时间	特点
沪市主板	600/601/603	1990年	大盘蓝筹股，如贵州茅台(600519)
深市主板	000/001	1990年	成熟企业，如万科A(000002)
中小板	002	2004年	中型企业（已并入主板）
创业板	300	2009年	成长型创新企业，风险较高
科创板	688	2019年	硬科技企业，涨跌幅±20%
北交所	920开头	2021年	中小企业，涨跌幅±30%

重要指数

指数名称	成分股	样本数量	作用
上证综指	上交所全部股票	2000+	反映沪市整体走势
深证成指	深市500只代表性股票	500	深市标尺性指数
创业板指	创业板100只股票	100	反映创新企业走势
科创50	科创板50只股票	50	反映科创板龙头走势
沪深300	沪深两市300只股票	300	反映A股核心资产走势

1.3 股票分类

按投资主体分类

类型	定义	投资者	特点
A股	境内公司发行，人民币认购交易	境内机构、组织、个人	最主要的股票类型
B股	人民币标价，外币认购交易	境外投资者+港澳台居民	流动性较差
H股	注册地内地，上市地香港	国际投资者	同时在A股和港股上市的公司存在比价关系
红筹股	境外注册，香港上市的内资企业	国际投资者	如中国移动、中海油

按风险等级分类

类型	特征	风险等级	适合投资者
蓝筹股	盈利能力突出，业绩稳定，分红丰厚	☆☆	稳健型投资者
成长股	销售额和利润快速增长	☆☆☆	平衡型投资者
周期股	业绩随经济周期波动	☆☆☆☆	经验丰富的投资者
ST股	财务状况异常，被特别处理	☆☆☆☆☆	激进型投资者（高风险高收益）
垃圾股	发展前景看坏	☆☆☆☆☆	不推荐

按市值规模分类

类型	流通市值	特点	波动幅度
大盘股	>1000亿元	波动小，适合稳健投资者	±3%以内（日常）
中盘股	100–1000亿元	平衡风险与收益	±3–5%
小盘股	<100亿元	波动大，适合激进投资者	±5–10%甚至更多

1.4 股市参与主体

主体	定义	作用
散户	个人投资者，资金<50万元	市场流动性提供者，容易被收割
大户	资金50–300万元的投资者	有一定影响力，但难以操纵股价
机构	基金、保险、社保等金融机构	市场主力，资金量大，投资相对理性
庄家	能够影响某只股票行情的大资金	通过资金优势操纵股价（违法）
主力	能够影响大盘或板块走势的资金	包括机构、游资等

提示：普通投资者应该跟随主力资金方向，而不是试图对抗。

第二阶段：交易规则

2.1 交易时间

常规交易时间： – 上午：9:30 – 11:30（连续竞价） – 下午：13:00 – 15:00（连续竞价） – 休市：法定节假日 + 周末

特殊时段： – 集合竞价：9:15 – 9:25（确定开盘价） – 9:15–9:20：可撤单 – 9:20–9:25：不可撤单 – 9:25：产生开盘价 – 收盘集合竞价（深圳市场）：14:57 – 15:00

盘后定价交易（科创板、创业板）： – 时间：15:05 – 15:30 – 规则：按收盘价成交，适合大资金交易

2.2 交易单位

基本单位： – 1手 = 100股 – 委托买入数量必须为 100股或其整数倍 – 卖出时可以有零股（如105股可全部卖出）

特殊情况： – 配股：可能不是100股的整数倍 – 分红送股：可能导致持仓出现零股 – 港股通：每手股数不固定（由上市公司决定）

2.3 涨跌幅限制

A股涨跌幅规则：

板块	涨跌幅限制	特殊规则
主板（沪市600/深市000）	±10%	新股上市首日无限制
中小板（002）	±10%	已并入主板
创业板（300）	±20%	新股前5日无限制
科创板（688）	±20%	新股前5日无限制
ST股票	±5%	风险警示板
北交所	±30%	新股首日无限制

计算公式：

涨停价 = 前收盘价 × (1 + 涨跌幅限制)

跌停价 = 前收盘价 × (1 - 涨跌幅限制)

例子： - 某股票前收盘价10元，主板涨跌幅10% - 涨停价 = 10 × 1.10 = 11元 - 跌停价 = 10 × 0.90 = 9元

2.4 T+1交收制度

T+1含义： - T日：交易当天 - T+1日：交易日后第二天 - 规则：当天买入的股票 不能在当天卖出，需待第二天交割后方可卖出

为什么要T+1？ - 防止过度投机 - 给结算系统足够时间处理交易 - 保护中小投资者（减少被收割的机会）

例外情况： - T+0回转交易：部分ETF、可转债、港股通支持当日买卖 - 融资融券：可变相实现T+0（需开通信用账户，且有风险）

2.5 委托与撤单

委托类型：

类型	定义	优点	缺点
市价委托	按当前市场价格立即成交	成交快，确定性高	价格可能不利
限价委托	设定具体价格，达到价格才成交	价格可控	可能无法成交
条件单	满足特定条件时触发委托	自动化交易	需要券商支持

撤单规则： – 委托未成交前，投资者 **可以撤销委托** – 部分成交的委托，剩余部分可撤销 – 集合竞价阶段（9:20–9:25）不可撤单

2.6 交易费用

A股交易费用构成：

费用类型	费率	收取方	备注
佣金	不超过成交金额的0.3%	证券公司	最低5元/笔
印花税	成交金额的0.1%	国家税务局	仅卖出时收取
过户费	成交金额的0.001%	中登公司	双向收取
经手费	成交金额的0.00487%	交易所	双向收取

例子： – 买入10万元股票： – 佣金： $100000 \times 0.0003 = 30$ 元（假设按0.03%佣金率） – 过户费： $100000 \times 0.00001 = 1$ 元 – 经手费： $100000 \times 0.0000487 \approx 4.87$ 元 – **合计**：约35.87元

- 卖出10万元股票：
- 佣金：30元
- 印花税： $100000 \times 0.001 = 100$ 元
- 过户费：1元
- 经手费：4.87元
- **合计**：约135.87元

总成本：买入+卖出 ≈ 171.74 元（约占交易金额的0.17%）

第三阶段：看懂交易界面

3.1 实时行情界面

以贵州茅台（600519）为例：

贵州茅台	600519	¥778.00	↑+2.34%	PE：32.5	PB：8.2
------	--------	---------	---------	---------	--------

核心数据解读：

指标	含义	作用	实战技巧
现价	最新成交价格	判断当前股价位置	对比均线看趋势
今开	当日第一笔成交价	观察开盘强弱	高开+放量=强势
最高/最低	当日成交价格区间	判断波动幅度	突破最高=可能继续涨
量比	当前每分钟成交量 / 过去5日平均每分钟成交量	>1 表示放量，<1 表示缩量	量比>2 且上涨=强势
换手率	成交量 / 流通股本 × 100%	反映股票活跃程度	换手率>10%=热门股
市盈率 PE	股价 / 每股收益	评估估值水平	同行业对比，过低或过高都需谨慎
市净率 PB	股价 / 每股净资产	评估估值水平	PB<1 可能被低估（或企业前景差）

3.2 盘口数据详解

五档行情

卖五	781.00	56手	
卖四	780.50	89手	
卖三	780.00	133手	
卖二	779.50	198手	
卖一	779.00	245手	← 最低卖出价
-----			← 买卖价差 (1元)
买一	778.00	312手	← 最高买入价
买二	777.50	256手	
买三	777.00	189手	
买四	776.50	145手	
买五	776.00	98手	

解读逻辑： - 卖盘：想卖出的人排队（谁报价低谁排前面） - 买盘：想买入的人排队（谁报价高谁排前面） - 买卖价差：卖一价 - 买一价（价差越小，流动性越好） - 大单压盘：卖盘挂单明显大于买盘 → 可能打压股价 - 大单托盘：买盘挂单明显大于卖盘 → 可能支撑股价

委比与委差

委比公式：

$$\text{委比} = (\text{委买手数} - \text{委卖手数}) / (\text{委买手数} + \text{委卖手数}) \times 100\%$$

数值含义： - 委比 = +100%：全部为买盘（涨停板常见） - 委比 > 0：买方力量强，指数可能上涨 - 委比 = 0：买卖力量平衡 - 委比 < 0：卖方力量强，指数可能下跌 - 委比 = -100%：全部为卖盘（跌停板常见）

委差：委买手数 - 委卖手数（绝对值越大，力量对比越明显）

内盘与外盘

指标	定义	市场含义	实战用法
外盘	以卖出价成交（主动买入）	外盘 > 内盘，看涨信号	外盘持续增大+股价上涨=主力流入
内盘	以买入价成交（主动卖出）	内盘 > 外盘，看跌信号	内盘持续增大+股价下跌=主力流出

实战技巧： - 外盘远大于内盘 + 股价上涨 → 主力资金流入，可跟随 - 内盘远大于外盘 + 股价下跌 → 主力资金流出，需警惕 - 外盘大但股价不涨 → 可能是对倒诱多，需谨慎

3.3 分时走势图

两条线： - 黑线（白线）： 实时成交价连线 - 黄线： 当日成交均价连线

解读技巧： - 黑线在黄线 上方 → 当日走势偏强（买入意愿强） - 黑线在黄线 下方 → 当日走势偏弱（卖出意愿强） - 黑线 远离黄线 → 短期可能回调（乖离率过大） - 黄线 走平 → 市场观望情绪浓厚

分时图形态： - 震荡上行： 低点不断抬高 → 强势特征 - 震荡下行： 高点不断降低 → 弱势特征 - 横盘整理： 上下波动小 → 选择方向前夕

3.4 资金流向指标

指标	含义	判断逻辑
主力净流入	大单+超大单净流入金额	>0 且持续 → 看涨
散户净流入	小单净流入金额	散户净流入大 → 可能见顶
主力净比	主力净流入 / 成交额 × 100%	>10% → 主力强势介入
机构持仓	基金、保险等机构持股占比	机构持仓高 → 股价相对稳定

资金流向实战： - 主力净流入 + 股价上涨 → 真实上涨，可跟随 - 主力净流出 + 股价上涨 → 可能是诱多，需谨慎 - 主力净流入 + 股价下跌 → 可能是洗盘，可关注

3.5 成交明细

成交明细显示内容：

```
09:30:15  778.00  10手  B
09:30:18  778.50   5手  S
09:30:22  779.00  20手  B (主力)
```

字段含义： - 时间： 成交时间（精确到秒） - 价格： 成交价格 - 手数： 成交手数 - B/S： B=外盘（主动买入），S=内盘（主动卖出） - 主力标识： 部分软件会标注大单为主力行为

实战技巧： - 连续出现大单B → 主力在买入 - 连续出现大单S → 主力在卖出 - 大单B但股价不涨 → 可能有大单S在对倒

第四阶段：技术分析

4.1 K线基础

什么是K线？

K线（蜡烛图）：用图形表示一段时间内的开盘价、收盘价、最高价、最低价。起源于日本米市交易，最早用于记录米价波动。

单根K线结构：

The diagram illustrates the components of a single K-line (candlestick) structure. It is centered around a rectangular body. Above the body is a vertical line representing the upper shadow, and below the body is a vertical line representing the lower shadow. The top of the upper shadow is labeled '最高价 (High)' and the bottom of the lower shadow is labeled '最低价 (Low)'. The body itself is labeled '实体 (Body) - 红=阳线, 绿=阴线'. The top edge of the body is labeled '实体上沿 (阳线=收盘价, 阴线=开盘价)' and the bottom edge is labeled '实体下沿 (阳线=开盘价, 阴线=收盘价)'. The upper shadow is labeled '上影线 (Upper Shadow)' and the lower shadow is labeled '下影线 (Lower Shadow)'.

K线周期： - **分钟K线**：1分钟、5分钟、15分钟、30分钟、60分钟 - **日K线**：最常用的分析周期 - **周K线**：用于判断中长期趋势 - **月K线**：用于判断长期趋势

K线类型

类型	定义	含义	实体颜色
阳线	收盘价 > 开盘价	买方力量强	红色（或空心）
阴线	收盘价 < 开盘价	卖方力量强	绿色（或实心）
同价线	收盘价 = 开盘价	多空平衡	十字线、T字线、一字线

实体大小含义： - 大阳线/大阴线：实体长度 > 3% → 力量强劲 - 中阳线/中阴线：实体长度 1.5-3% → 力量中等 - 小阳线/小阴线：实体长度 < 1.5% → 力量弱 - 十字星：实体极短 → 变盘信号

常见K线形态

单根K线形态：

形态	特征	含义
大阳线	实体长，无上下影线或很短	强烈看涨信号
大阴线	实体长，无上下影线或很短	强烈看跌信号
光头阳线	上影线很短或无	买方力量强，第二天可能高开
光脚阳线	下影线很短或无	卖方力量弱，但需警惕上影线
十字星	实体极短，上下影线长	多空平衡，变盘信号
锤子线	下影线长，实体小，无上影线或很短	底部反转信号
上吊线	下影线长，实体小，无上影线或很短	顶部反转信号

K线组合形态：

组合	特征	含义	出现位置
希望之星（早晨之星）	大阴线 + 十字星 + 大阳线	见底信号，后市看涨	下跌趋势末期
黄昏之星	大阳线 + 十字星 + 大阴线	见顶信号，后市看跌	上涨趋势末期
吞没形态	后一根K线实体完全包住前一根	趋势反转信号	趋势末期
乌云盖顶	大阳线 + 高开低走大阴线	见顶信号	上涨趋势末期
刺透形态	大阴线 + 低开高走大阳线	见底信号	下跌趋势末期
平顶	多根K线最高价在同一位置	见顶信号	上涨途中
平底	多根K线最低价在同一位置	见底信号	下跌途中

4.2 移动平均线（MA）

什么是移动平均线？

定义：将某段时间内的收盘价相加，除以天数，得到平均值，再将这些平均值连成线。

计算公式：

$$MA5 = (C1 + C2 + C3 + C4 + C5) / 5$$

其中 C1~C5 为最近5日的收盘价

常用周期：

周期	名称	作用
MA5	5日均线	超短期趋势
MA10	10日均线	短期趋势
MA20/MA22	20日均线（月线）	短期趋势分界
MA60	60日均线（季线）	中期趋势
MA120	120日均线（半年线）	中长期趋势
MA250	250日均线（年线）	长期趋势分界

均线实战用法

多头排列（做多信号）：

$MA5 > MA10 > MA20 > MA60 > MA250$

→ 短期均线在上方，长期均线在下方，趋势向上 → **操作**：持股或买入

空头排列（做空信号）：

$MA5 < MA10 < MA20 < MA60 < MA250$

→ 短期均线在下方，长期均线在上方，趋势向下 → **操作**：空仓或卖出

黄金交叉： - **定义**：短期均线由下向上穿越长期均线 - **常见组合**：MA5上穿MA10、MA10上穿MA20、MA20上穿MA60 - **含义**：短期看涨信号 - **操作**：可考虑买入

死亡交叉： - **定义**：短期均线由上向下穿越长期均线 - **常见组合**：MA5下穿MA10、MA10下穿MA20、MA20下穿MA60 - **含义**：短期看跌信号 - **操作**：可考虑卖出

均线支撑与压力： - **支撑**：股价下跌到均线附近时反弹 → 均线起支撑作用 - **压力**：股价上涨到均线附近时回落 → 均线起压力作用 - **用法**：MA20、MA60是最重要的支撑/压力位

4.3 MACD指标

MACD构成

三个核心元素： 1. **DIF（快线）**：EMA12 - EMA26 - EMA12：12日指数移动平均 - EMA26：26日指数移动平均 2. **DEA（慢线）**：DIF的9日加权移动平均 3. **MACD柱**： $2 \times (DIF - DEA)$

计算步骤：

1. 计算EMA12和EMA26
 2. $DIF = EMA12 - EMA26$
 3. $DEA = DIF$ 的9日指数移动平均
 4. $MACD柱 = 2 \times (DIF - DEA)$
-

MACD实战信号

信号	含义	操作建议	可靠性
金叉	DIF由下向上突破DEA	买入信号	★★★★★
死叉	DIF由上向下突破DEA	卖出信号	★★★★★
红柱放大	MACD柱由短变长（红色）	上涨动能增强	★★★★
红柱缩短	MACD柱由长变短（红色）	上涨动能减弱	★★★★
绿柱放大	MACD柱由短变长（绿色）	下跌动能增强	★★★★
绿柱缩短	MACD柱由长变短（绿色）	下跌动能减弱	★★★★
底背离	股价创新低，DIF不创新低	见底信号	★★★★★
顶背离	股价创新高，DIF不创新高	见顶信号	★★★★★

零轴的重要意义： – DIF、DEA在零轴上方 → 多头市场（看涨） – DIF、DEA在零轴下方 → 空头市场（看跌） – DIF上穿零轴 → 由空转多 – DIF下穿零轴 → 由多转空

4.4 RSI指标（相对强弱指数）

RSI原理

计算公式：

$$RSI = 100 - (100 / (1 + RS))$$
$$RS = \text{平均上涨幅度} / \text{平均下跌幅度}$$

参数设置： – RSI6：敏感度高，适合短线 – RSI12：灵敏度中等，最常用 – RSI24：灵敏度低，适合长线

RSI实战用法

超买超卖区域：

RSI值	状态	操作建议	备注
> 80	超买区	考虑卖出	强势市场可能持续在80以上
70 – 80	强势区	持股观望	多头力量强
30 – 70	平衡区	观望或依据其他指标	方向不明
20 – 30	弱势区	谨慎观望	空头力量强
< 20	超卖区	考虑买入	弱势市场可能持续在20以下

RSI背离信号（高可靠性）： – **顶背离：** 股价创新高，RSI不创新高 → 见顶信号，强烈卖出 – **底背离：** 股价创新低，RSI不创新低 → 见底信号，强烈买入

RSI形态分析： – **RSI形成头肩顶** → 见顶信号 – **RSI形成头肩底** → 见底信号 – **RSI突破趋势线** → 趋势反转信号

4.5 成交量分析

成交量的重要性

量价关系核心逻辑： – **价涨量增** → 上涨真实，可继续持股 – **价涨量缩** → 上涨乏力，可能见顶 – **价跌量增** → 下跌真实，需警惕 – **价跌量缩** → 下跌乏力，可能见底

常见量价形态

形态	特征	含义	操作
放量上涨	成交量放大，股价上涨	上涨真实	持股或买入
缩量上涨	成交量缩小，股价上涨	上涨乏力	减仓或观望
放量下跌	成交量放大，股价下跌	下跌真实	卖出或空仓
缩量下跌	成交量缩小，股价下跌	下跌乏力	观望或少量建仓
天量	成交量创下近期天量	可能见顶或见底	结合股价位置判断
地量	成交量创下近期地量	市场低迷，可能即将变盘	关注后续放量方向

量能指标

指标	含义	用法
成交量 (VOL)	成交手数	直接观察成交量变化
成交额 (AMOUNT)	成交金额	更准确反映资金流向
量比	当前每分钟成交量 / 过去5日平均每分钟成交量	>1 放量, <1 缩量
换手率	成交量 / 流通股本 × 100%	>10% 热门股, <1% 冷门股

4.6 布林带 (BOLL)

布林带构成

三条线： 1. 中轨 (MID)：N日移动平均线（常用20日） 2. 上轨 (UPPER)：中轨 + 2倍标准差 3. 下轨 (LOWER)：中轨 - 2倍标准差

计算公式：

中轨 = MA (N)

上轨 = 中轨 + 2 × STD (N)

下轨 = 中轨 - 2 × STD (N)

布林带实战用法

信号	含义	操作
股价触及上轨	可能超买	考虑减仓
股价触及下轨	可能超卖	考虑建仓
布林带收口	波动率降低，即将变盘	关注突破方向
布林带开口	波动率增大，趋势明确	顺势操作
股价突破上轨	强势上涨	可追涨（需放量确认）
股价跌破下轨	强势下跌	可止损（需放量确认）

布林带喇叭口： - 开口型喇叭口：布林带由窄变宽 → 趋势行情来临 - 收口型喇叭口：布林带由宽变窄 → 盘整行情来临

第五阶段：投资策略

5.1 三大投资派别

派别	核心逻辑	持有周期	风险等级	适合人群
价值投资	买入低估股票，长期持有	数年至数十年	☆☆	稳健型投资者
趋势交易	顺势而为，波段操作	数周至数月	☆☆☆	平衡型投资者
技术分析	研究K线、指标，短期博弈	数天至数周	☆☆☆☆	激进型投资者

5.2 价值投资要点

核心理念

价值投资四大原则（本杰明·格雷厄姆）： 1. 股票是企业所有权的凭证，不是赌博筹码 2. 买入价格 < 内在价值 → 安全边际 3. 市场先生是你的仆人，不是你的老师 4. 长期持有优质企业，分享成长收益

如何评估企业价值？

估值指标：

指标	公式	含义	合理区间
市盈率PE	股价 / 每股收益	评估相对估值	0-30（视行业而定）
市净率PB	股价 / 每股净资产	评估净资产价值	1-3（银行/保险可更低）
市销率PS	市值 / 营业收入	评估销售价值	1-5（视行业而定）
PEG	PE / 净利润增长率	评估成长性	<1 可能被低估
股息率	每股股息 / 股价	评估分红回报	>2% 较为理想

选股标准（沃伦·巴菲特）： 1. **业务简单易懂**：在自己能力圈内投资 2. **持续竞争优势**：护城河（品牌、技术、网络效应等） 3. **优秀的管理层**：诚信、有能力、为股东着想 4. **合理的价格**：PE < 15、PB < 3、股息率 > 2%

价值投资实战步骤

- 第一步：筛选股票** – 使用财务指标筛选（PE、PB、ROE、负债率等） – 排除ST股票、连续亏损企业 – 聚焦自己熟悉的行业
- 第二步：深入研究** – 阅读年报、季报 – 了解商业模式、竞争优势 – 评估管理层诚信度
- 第三步：估值分析** – 计算内在价值（DCF、PE、PB等方法） – 确定安全边际（买入价 < 内在价值 × 0.7） – 设定目标价和止损价
- 第四步：分批建仓** – 首次买入计划仓位的30% – 股价下跌10%再加仓30% – 股价再下跌10%再加仓40% – 平均成本不断降低
- 第五步：长期持有** – 忽略短期波动 – 定期检查企业基本面 – 只有基本面恶化才卖出
-

5.3 趋势交易要点

核心理念

- 趋势交易三大假设**（道氏理论）： 1. **市场行为包容一切信息**：价格已经反映了所有已知信息 2. **价格以趋势方式演变**：趋势一旦形成，就会持续 3. **历史会重演**：人性不变，市场心理重复出现
- 趋势交易核心原则**： – **顺势而为**："趋势是你的朋友" – **不预测拐点，只跟随趋势** – **截断亏损，让利润奔跑**
-

趋势识别

趋势类型：

趋势	特征	操作策略
上升趋势	低点不断抬高，高点不断抬高	逢低买入，持股待涨
下降趋势	低点不断降低，高点不断降低	空仓观望，不抄底
横盘震荡	价格在区间内波动	高抛低吸，或观望

趋势判断工具： – **移动平均线：**均线多头排列=上升趋势，空头排列=下降趋势 – **趋势线：**连接两个低点（上升趋势）或两个高点（下降趋势） – **MACD：**DIF在零轴上方=上升趋势，在零轴下方=下降趋势

趋势交易实战步骤

第一步：判断大趋势 – 看月K线、周K线判断中长期趋势 – 均线系统呈多头排列 → 上升趋势 – MACD在零轴上方 → 多头市场

第二步：等待回调 – 上升趋势中，等待股价回调到支撑位 – 常见支撑位：MA20、MA60、前期低点

第三步：买入信号 – K线出现反转形态（锤子线、吞没形态等） – MACD金叉或底背离 – 成交量放大

第四步：设置止损 – 止损位设在支撑位下方2-3% – 或设在买入价的-7%位置 – 严格执行，不抱侥幸心理

第五步：持有与止盈 – 均线多头排列 → 继续持股 – 跌破MA20 → 减仓50% – 跌破MA60或MACD死叉 → 清仓

5.4 技术分析要点

核心理念

技术分析三大假设： 1. 市场行为包容一切信息 2. 价格以趋势方式演变 3. 历史会重演

技术分析适用场景： – 短期交易（数天至数周） – 震荡市（趋势不明） – 短线波段操作

技术分析局限性： – 本质是概率游戏，不是100%准确 – 容易被主力资金操纵（骗线） – 需结合基本面、市场情绪综合判断

技术分析实战工具

常用工具组合： 1. **K线 + 成交量：**判断短期方向 2. **移动平均线：**判断趋势 3. **MACD + RSI：**判断买卖时机 4. **布林带：**判断超买超卖 5. **支撑位/压力位：**判断买卖点

技术分析实战流程： 1. 看大盘趋势（上证、深成指） 2. 看板块轮动（热点板块） 3. 看个股技术形态（K线、均线、指标） 4. 看成交量配合（放量/缩量） 5. 制定买卖计划（进场价、止损价、目标价）

第六阶段：风险管理

6.1 仓位管理

为什么仓位管理重要？

核心逻辑： – 即使成功率50%，通过合理的仓位管理也能盈利 – 过度集中持仓 = 赌博，过度分散持仓 = 收益平庸 – 仓位管理是风险控制的第一道防线

仓位管理原则

总仓位控制： – 牛市：仓位可保持在70–100% – 震荡市：仓位保持在30–70% – 熊市：仓位保持在0–30%

单只股票仓位： – 单只股票不超过总资产的20%（防止黑天鹅） – 同一板块不超过总资产的30%（防止板块风险） – 持仓股票数量：3–10只（太多难以跟踪，太少风险集中）

仓位管理实战策略

金字塔加仓法（适合上升趋势）：

第一次买入：30%仓位
回调到支撑位：再加30%仓位
再次回调到支撑位：再加40%仓位
→ 平均成本不断降低，收益最大化

倒金字塔减仓法（适合下降趋势）：

第一次卖出：30%仓位（跌破MA20）
第二次卖出：30%仓位（跌破MA60）
第三次卖出：40%仓位（MACD死叉）
→ 锁定利润，防止深度套牢

6.2 止损与止盈

止损的重要性

止损核心逻辑： – 截断亏损，让利润奔跑 – 亏损50%需要上涨100%才能回本 – 止损是保护本金的最后一道防线

不止损的后果： – 小亏变大亏 – 深度套牢，错过其他机会 – 心理崩溃，做出非理性决策

止损方法

方法	操作	优点	缺点
固定比例止损	亏损达到7-10%时卖出	简单明确，容易执行	可能被震荡出局
技术止损	跌破支撑位时卖出	符合技术分析逻辑	需要识别支撑位
时间止损	持有一定时间后无论盈亏都卖出	避免长期套牢	可能错过后续上涨
移动止损	随着股价上涨不断提高止损位	锁定利润，让利润奔跑	需要不断调整

推荐方案： – 买入时立即设置止损价（如-7%） – 止损价写在纸上或设置在交易软件中 – 股价上涨后，不断提高止损价（如移动到成本价+5%） – 严格执行，不抱侥幸心理

止盈方法

方法	操作	适用场景
固定比例止盈	盈利达到20-30%时卖出	震荡市、短线交易
技术止盈	涨到压力位或MACD死叉时卖出	趋势交易
分批止盈	涨10%卖30%，涨20%卖30%，涨30%卖40%	不确定后市时
移动止盈	随着股价上涨不断提高止盈价	趋势交易

推荐方案： – 不要贪图卖在最高点 – 分批卖出，锁定部分利润 – 当技术形态变坏时（如跌破MA20），果断止盈

6.3 常见投资误区

心理误区

误区	表现	正确做法
追涨杀跌	看到股票涨了就追，跌了就卖	逆人性操作，低买高卖
损失厌恶	亏损时不舍得卖，盈利时急于卖出	止损要快，止盈要慢
确认偏误	只关注支持自己观点的信息	客观分析，多听反面意见
羊群效应	盲目跟风，追热点	独立分析，不随大流
过度自信	高估自己的判断能力	保持谦逊，承认错误

操作误区

误区	表现	正确做法
满仓操作	全部资金买入股票，无现金储备	留足现金，分批建仓
频繁交易	每天买卖，追涨热点	降低交易频率，专注能力圈
听信小道消息	盲目跟风内幕消息、股评推荐	独立分析，理性决策
不设止损	亏损后死扛，期待回本	买入时立即设置止损
盈利后骄傲	一次盈利后认为自己是高手	保持学习，市场永远在变化

6.4 风险类型与应对

股市风险分类

风险类型	定义	例子	应对方法
系统性风险	影响整个市场的风险	政策变化、经济危机、战争	分散投资、降低仓位
非系统性风险	影响单个公司的风险	财务造假、管理层变动	深度研究、分散持仓
流动性风险	无法及时买卖的风险	跌停板、停牌	避免冷门股、ST股票
心理风险	情绪化决策导致亏损	追涨杀跌、损失厌恶	制定计划、严格执行

风险应对原则

原则1：永远不要把所有鸡蛋放在一个篮子里 – 分散投资：不同行业、不同板块、不同股票 – 资产配置：股票 + 债券 + 现金 + 黄金

原则2：用闲钱投资，不用杠杆 – 只用3-5年内不用的钱投资 – 新手慎用融资融券（杠杆交易）

原则3：持续学习，提升认知 – 市场永远在变化，保持学习心态 – 从错误中学习，建立自己的交易系统

原则4：保持理性，控制情绪 – 制定交易计划，不受情绪影响 – 盈利时不骄傲，亏损时不气馁

第七阶段：实战演练

7.1 模拟交易

为什么要模拟交易？

模拟交易的好处： 1. **无风险练习**：用虚拟资金练习，不怕亏损 2. **熟悉交易界面**：了解委托、撤单、资金流向等功能 3. **验证交易策略**：测试自己的投资理念是否可行 4. **培养盘感**：通过大量练习，形成对市场变化的敏感度

模拟交易平台推荐

平台	特点	适合人群
同花顺模拟炒股	功能全面，数据真实	所有投资者
东方财富模拟交易	界面友好，操作简单	新手投资者
雪球组合	可以跟踪其他投资者的组合	想学习他人策略的投资者
通达信模拟交易	专业性强，适合技术分析	有经验的投资者

模拟交易实战步骤

第一阶段（1-2周）：熟悉界面 – 学习如何委托买入、卖出 – 学习如何查看资金流向、盘口数据 – 学习如何设置止损、止盈

第二阶段（3-4周）：尝试策略 – 尝试价值投资：筛选低PE、低PB的股票 – 尝试趋势交易：跟随均线多头排列的股票 – 尝试技术分析：用K线、MACD、RSI判断买卖点

第三阶段（5-8周）：建立交易系统 – 记录每笔交易的理由、盈亏、心得 – 总结成功和失败的原因 – 逐步形成自己的交易系统

第四阶段（9-12周）：小资金实盘 – 用少量真实资金（如1-2万元）实盘操作 – 感受真实市场的心理压力 – 不断修正自己的交易系统

7.2 首次实盘注意事项

开户准备

选择券商： – **大型券商：** 中信证券、国泰君安、华泰证券等（安全可靠） – **互联网券商：** 东方财富、同花顺等（佣金低，体验好） – **佣金：** 一般不超过成交金额的0.03%（可协商）

开户流程： 1. 下载券商APP 2. 上传身份证、银行卡 3. 视频见证（确认是本人） 4. 等待审核（1-2个工作日） 5. 入金后即可开始交易

首次买入建议

资金分配： – **首次实盘资金：** 不超过总资产的10% – **单只股票仓位：** 不超过实盘资金的30% – **留足现金：** 至少保留50%现金，分批建仓

股票选择： – **选择大盘蓝筹股：** 如贵州茅台、中国平安、招商银行等（波动小，风险低） – **避免ST股票、次新股、题材股（风险高）** – **选择自己熟悉的行业（能力圈原则）**

买入时机： – **不要一次性全仓买入** – **首次买入30%仓位** – **股价下跌后再分批加仓**

首次卖出建议

止损： – **买入后立即设置止损价（如-7%）** – **一旦触发止损，果断卖出** – **不要抱侥幸心理**

止盈： – **不要贪图卖在最高点** – **盈利10-20%可以考虑分批卖出** – **当技术形态变坏时（如跌破MA20），果断止盈**

7.3 交易日志与复盘

为什么要写交易日志？

交易日志的好处： 1. 记录决策过程：方便事后复盘 2. 发现错误模式：避免重复犯错 3. 跟踪投资绩效：了解自己的胜率、盈亏比 4. 形成交易系统：逐步建立自己的投资体系

交易日志模板

【交易日期】 2026-06-10

【股票代码】 600519（贵州茅台）

【交易类型】 买入 / 卖出

【交易价格】 778.00元

【交易数量】 100股（1手）

【交易金额】 77,800元

【买入/卖出理由】

- 技术分析：MACD金叉，RSI从超卖区反弹
- 基本面分析：PE=32，低于历史平均
- 市场情绪：白酒板块整体走强

【止损价】 700.00元（-10%）

【目标价】 900.00元（+15%）

【交易结果】

- 盈利 / 亏损：+5,000元
- 收益率：+6.4%
- 持仓时间：15天

【复盘总结】

- 成功因素：MACD金叉信号可靠，及时止盈
- 失败因素：无
- 改进措施：下次可以在MACD金叉+放量时买入

定期复盘

每日复盘（收盘后30分钟）： - 回顾当日交易，记录心得 - 查看持仓股票的资金流向、技术指标 - 制定明日操作计划

每周复盘（周末1小时）： – 统计本周交易次数、胜率、盈亏比 – 分析成功和失败的交易 – 调整下周操作策略

每月复盘（月末1小时）： – 统计本月收益率、最大回撤 – 评估自己的交易系统是否有效 – 制定下月投资计划

附录：实用工具与资源

A. 推荐学习资源

书籍

入门级： 1. 《股票大作手回忆录》— 理解市场心理（作者：埃德温·勒菲弗） 2. 《聪明的投资者》— 价值投资经典（作者：本杰明·格雷厄姆） 3. 《彼得·林奇的成功投资》— 成长股投资（作者：彼得·林奇）

进阶级： 1. 《日本蜡烛图技术》— K线技术分析（作者：史蒂夫·尼森） 2. 《股市趋势技术分析》— 技术分析圣经（作者：罗伯特·D·爱德华兹） 3. 《证券分析》— 价值投资奠基之作（作者：本杰明·格雷厄姆）

实战级： 1. 《通向财务自由之路》— 交易系统设计（作者：范·K·撒普） 2. 《海龟交易法则》— 趋势交易经典（作者：柯蒂斯·费思） 3. 《交易心理学》— 交易心理学（作者：马克·道格拉斯）

网站与APP

行情软件： – 同花顺：功能全面，适合技术分析 – 东方财富：数据权威，适合基本面分析 – 通达信：专业性强，适合高频交易

财经网站： – 东方财富网：<http://www.eastmoney.com> – 雪球：<https://xueqiu.com>（投资者社区） – 巨潮资讯网：<http://www.cninfo.com.cn>（官方公告）

学习平台： – B站：搜索"股票入门"、"技术分析"等关键词 – 知乎：关注投资话题，学习大V经验 – 喜马拉雅：听投资类音频节目

B. 新手常见问题解答

Q1: 我需要多少钱才能开始炒股?

A: – **最低资金**: 购买1手 (100股) 股票的资金 – 例如: 贵州茅台778元/股 → 需要77,800元 – 例如: 中国平安50元/股 → 需要5,000元 – **建议资金**: 1-5万元 (亏损不影响生活) – **重要提醒**: 只用闲钱投资, 不用杠杆

Q2: 股票和基金哪个更适合新手?

A: – **基金更适合新手**: – 专业基金经理管理 – 分散投资, 风险较低 – 不需要花大量时间研究 – **股票适合有经验的投资者**: – 需要研究公司基本面、技术面 – 需要控制情绪、严格执行止损 – 风险更高, 但收益潜力也更大

建议: 新手先从基金开始, 积累经验后再尝试股票。

Q3: 如何判断一只股票好不好?

A: 从三个维度判断:

- 基本面**: – 盈利能力: $ROE > 15\%$ – 成长性: 净利润增长率 $> 10\%$ – 财务健康: 负债率 $< 60\%$ – 估值合理: $PE < 30$, $PB < 3$
 - 技术面**: – 均线多头排列 ($MA5 > MA10 > MA20$) – MACD在零轴上方, 或刚金叉 – RSI不在超买区 (< 70)
 - 市场情绪**: – 主力资金净流入 – 行业处于风口 (政策支持、业绩改善等)
-

Q4: 亏损了怎么办?

A: – **亏损 $< 7\%$** : 果断止损, 不要抱侥幸心理 – **亏损 7-20%**: 评估基本面是否恶化 – 基本面没问题 → 可以继续持有或补仓 – 基本面恶化 → 果断止损 – **亏损 $> 20\%$** : – 如果是优质股票, 可以等待反弹后减仓 – 如果是垃圾股, 果断割肉, 避免更大损失

重要提醒: 不要"死扛", 止损是保护本金的最后一道防线。

Q5: 如何选择买入时机?

A: – **不要追高**: 股价已经涨了很多后再买入, 容易被套 – **等待回调**: 上升趋势中, 等待股价回调到支撑位 (如MA20) – **分批买入**: 首次买入30%仓位, 股价下跌后再分批加仓 – **确认信号**: MACD金叉、RSI从超卖区反弹、成交量放大等

C. 投资检查清单

买入前检查清单

- ☐ 我已经了解这家公司是做什么的
- ☐ 我看过这家公司最近三年的财报
- ☐ 这家公司的ROE > 15%，负债率 < 60%
- ☐ 这家公司的PE < 30，PB < 3（或低于行业平均）
- ☐ 技术指标显示买入信号（如MACD金叉）
- ☐ 主力资金在净流入
- ☐ 我已经设置好止损价（如-7%）
- ☐ 这只股票不超过我总资产的20%

卖出前检查清单

- ☐ 股价已经触及我的目标价
- ☐ 技术指标显示卖出信号（如MACD死叉）
- ☐ 主力资金在净流出
- ☐ 公司基本面出现恶化（如业绩下滑、财务造假等）
- ☐ 我已经盈利10-20%，可以考虑止盈
- ☐ 我没有被贪婪或恐惧情绪影响决策

总结：学习路径复盘

基础认知 → 交易规则 → 看懂界面 → 技术分析 → 投资策略 → 风险管理 → 实战演练

↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
知道是什么 知道怎么买 知道看什么 知道何时买 知道为什么买 知道如何风控 知道如何复盘

学习建议： 1. **不要急于求成：** 股票投资是一门艺术，需要长期积累 2. **多看少动：** 新手阶段以学习为主，不要频繁交易 3. **保持谦逊：** 市场永远在变化，永远有学不完的东西 4. **控制情绪：** 贪婪和恐惧是投资最大的敌人



参考文章

本文在整理过程中参考了以下资料：

1. 《股票入门知识讲解大全》 – 作者：股票界的一股清流（知乎）
2. 本文在第一阶段（基础认知）和第二阶段（交易规则）部分参考了原文的结构和部分内容
3. 原文是一篇长文，涵盖了股票入门的各个方面，但结构稍显松散
4. 其他参考资料：
5. 《日本蜡烛图技术》— 史蒂夫·尼森
6. 《聪明的投资者》— 本杰明·格雷厄姆
7. 东方财富网、同花顺、雪球等财经网站的技术分析教程

声明：本文仅为知识分享，不构成投资建议。股市有风险，投资需谨慎。建议在实际操作中结合自身情况，理性决策。

整理者：halo

发布日期：2026-06-10

版本：v2.0（完整版）