

# 「2026.3.20」

## 股指期货周报

作者：廖宏斌

期货从业资格号F30825507

期货投资咨询证号：Z0020723

联系电话：4008-8787-66

关注我们获  
取更多资讯



业务咨询  
添加客服



## 目录

---



### 1、行情回顾



### 2、消息面概览



### 3、周度市场数据



### 4、行情展望与策略

- 周度观点：A股主要指数本周普遍下跌，除创业板指涨超1%外，其余指数均有不同幅度下跌。四期指集体走弱，中小盘股弱于大盘蓝筹股。本周，受到海外地缘冲突持续不断和美联储3月议息会议释放鹰派货币政策信号的影响，A股跟随国际股市走弱。但本周公布的国内1-2月经济数据表现良好，已公布年报的上市公司业绩同样可观。国内宏观层面和上市公司经营状况均保持稳定，为A股提供长期向好的内核。本周，市场成交活跃度较上周进一步回落。

# 1、行情回顾

期货	合约名称	周涨跌幅%	周五涨跌幅%	收盘价
	IF2606	-2.12	-0.28	4486.4
	IH2606	-2.72	-0.95	2865.8
	IC2606	-5.87	-1.16	7559.4
	IM2606	-4.92	-1.26	7560.0
现货	指数名称			收盘价
	沪深300	-2.19	-0.35	4567.02
	上证50	-2.47	-1.11	2883.86
	中证500	-5.82	-1.49	7760.04
	中证1000	-5.25	-1.59	7783.43

## 2、消息面概览

央行公布数据显示，今年前两个月人民币贷款增加5.61万亿元；社会融资规模增量9.6万亿元，同比多增3162亿元。2月末，M2同比增长9%，社会融资规模存量同比增长8.2%。

中性

1—2月份，规模以上工业增加值同比实际增长6.3%。从环比看，2月份，规模以上工业增加值比上月增长0.83%。1—2月份，社会消费品零售总额86079亿元，同比增长2.8%。1—2月份，全国固定资产投资（不含农户）52721亿元，同比增长1.8%。其中，民间固定资产投资同比下降2.6%。从环比看，2月份固定资产投资（不含农户）增长0.39%。1—2月份，全国房地产开发投资9612亿元，同比下降11.1%；1—2月份，房地产开发企业房屋施工面积同比下降11.7%，房屋新开工面积下降23.1%，房屋竣工面积下降27.9%；1—2月份，新建商品房销售面积同比下降13.5%，新建商品房销售额下降20.2%。

中性偏多

美联储将联邦基金利率目标区间维持在3.50%-3.75%不变，连续第二次“按兵不动”，符合市场预期。声明显示，委员们以11-1的投票比例通过此次的利率决定。美联储理事米兰对本次利率决议持反对意见，主张降息25个基点。声明指出，经济活动以稳固速度扩张；通胀在某种程度上依然高企；经济前景不确定性维持在高位，中东局势对美国影响存在不确定性。点阵图显示2026-2027年仅各降息1次，降息路径更加保守，凸显美联储在多重风险下的谨慎观望立场。美联储上调通胀及经济增长预期，反映出对经济韧性的信心。美联储主席鲍威尔明确否认美国经济处于滞胀状态，强调政策立场合适，降息需看到通胀持续进展。鲍威尔表示，若通胀无进展，将不会降息。绝大多数人不认为加息是基本预期，但下一步行动是加息的可能性确实被提及。鲍威尔称，在美国司法部调查结束前，自己无意离开美联储理事会。若任期结束时美联储主席人选未获确认，将担任临时代理主席。

利空

## 3、周度市场数据

# 「周度市场数据」

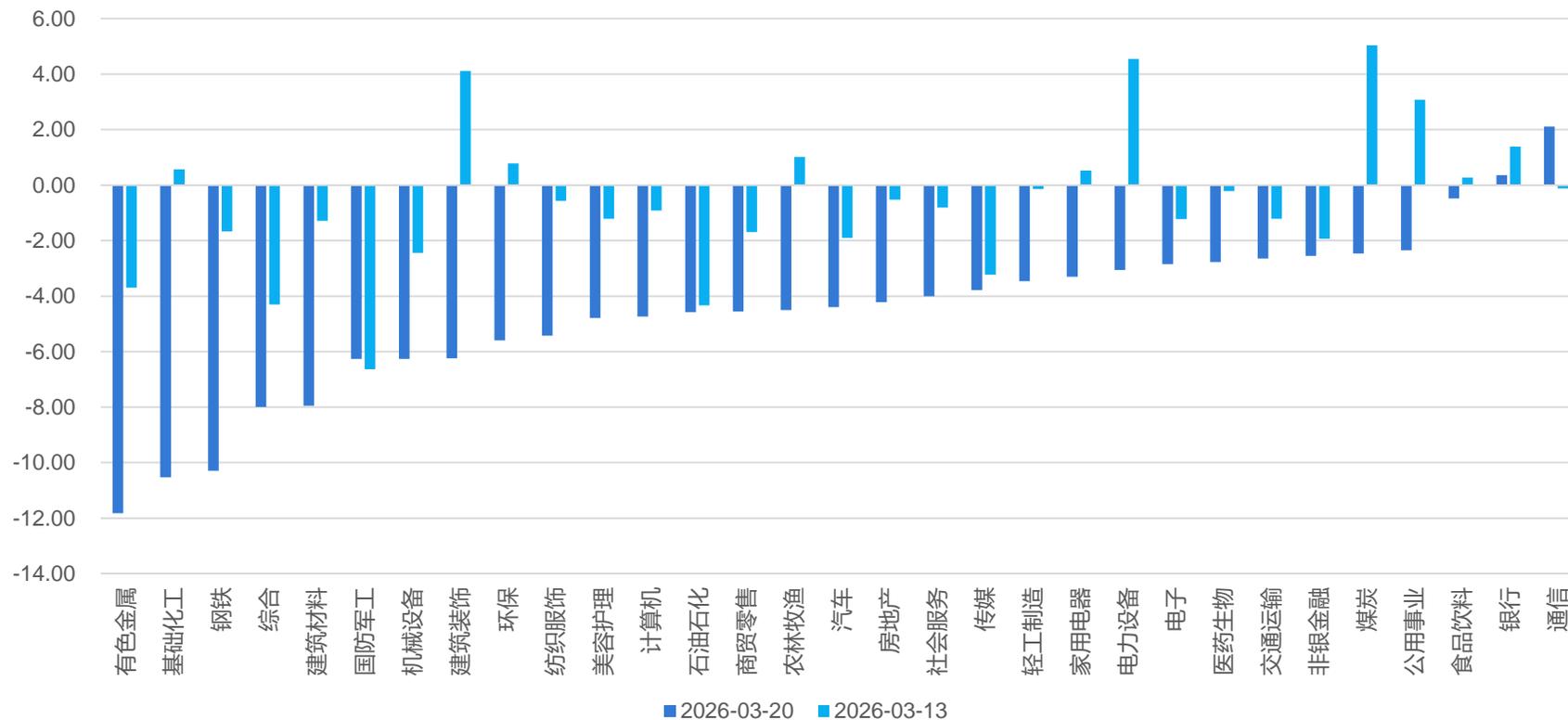
## 「国内主要指数」

	周涨跌幅%	周五涨跌幅%	收盘点位
上证指数	-3.38	-1.24	3957.05
深证成指	-2.90	-0.25	13866.20
科创50	-4.03	-1.55	1318.31
中小100	-3.86	-0.66	8411.96
创业板指	1.26	1.30	3352.10

## 「外盘主要指数(截至周四)」

	周涨跌幅%	周四(五)涨跌幅%	收盘点位
标普500	-0.39	-0.27	6606.49
英国富时100	-1.93	-2.35	10063.50
日经225	-0.83	休市	53372.53
恒生指数	-0.74	-0.88	25277.32

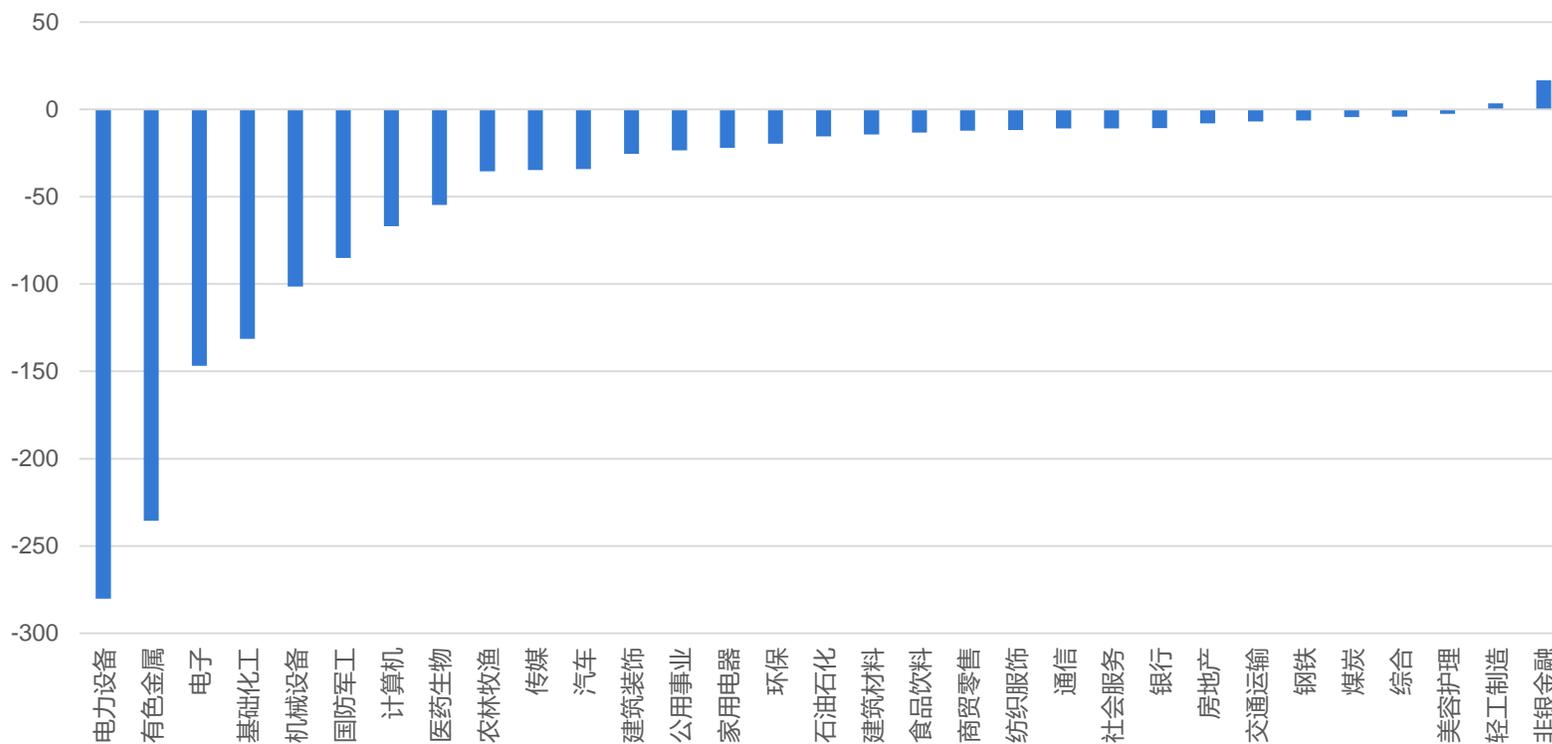
## 「行业板块涨跌幅%」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

行业板块多数下跌, 有色金属、基础化工、钢铁等板块大幅走弱, 仅银行、通信板块逆市上涨。

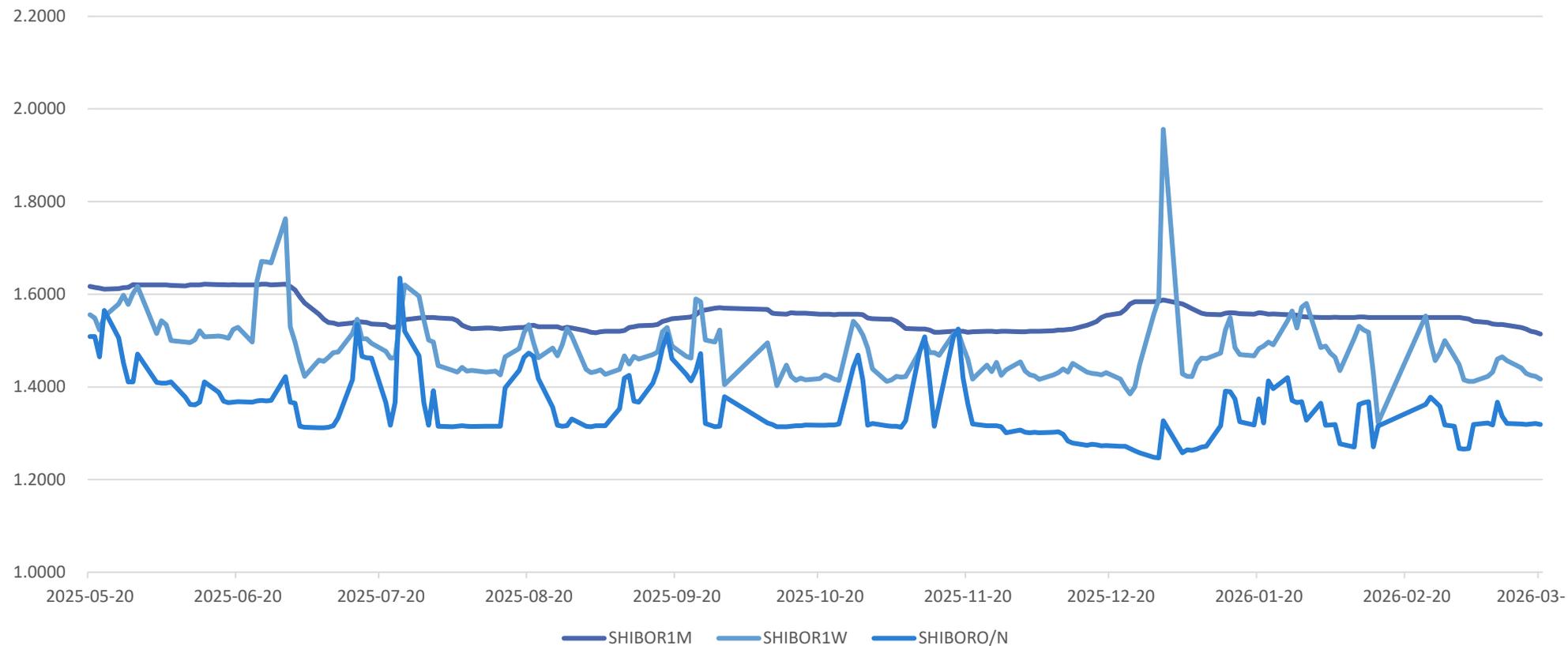
## 「行业板块主力资金流（近五个交易日,亿元）」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

行业主力资金普遍呈净流出，电力设备、有色金属板块资金大幅净流出，仅非银金融、轻工制造板块逆市微幅净流入。

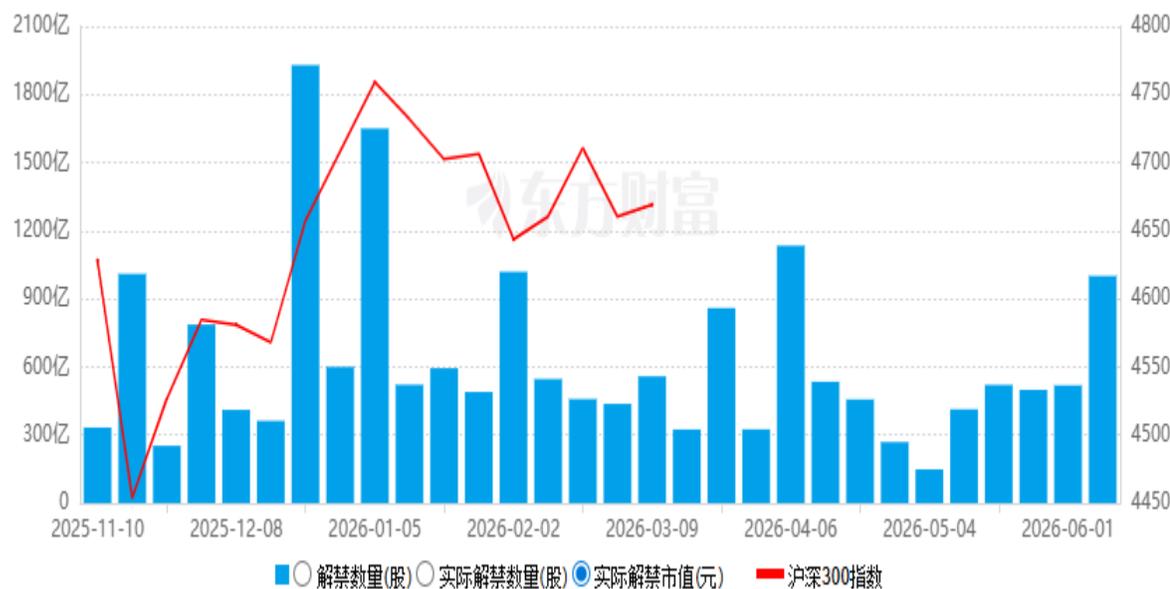
## 「SHIBOR短期利率」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

SHIBOR短期利率下行，资金面平稳宽松。

## 「限售解禁」



数据来源：东方财富，瑞达期货研究院

## 「陆股通成交统计」



数据来源：wind，瑞达期货研究院

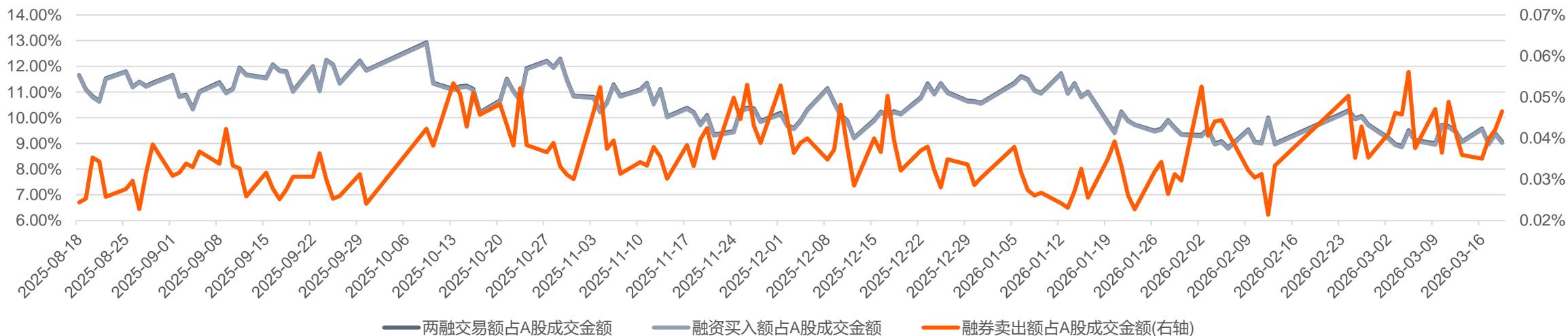
本周重要股东二级市场净减持84.17亿元，限售解禁市值为324.55亿元。北向资金合计买卖11257.59亿。

## 「基金持股比例」



数据来源: Wind

## 「两融交易额占A股成交额比例」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

# 「周度市场数据」

## 「IF基差」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

## 「IF跨期」

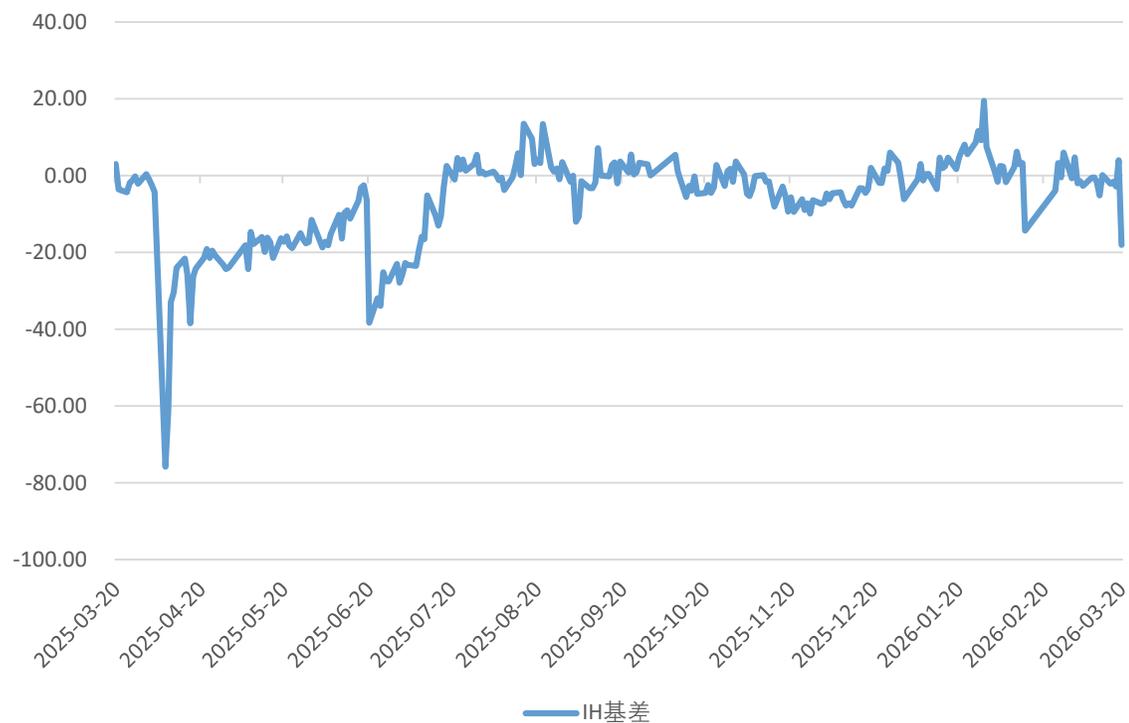


数据来源: wind, 瑞达期货研究院

IF主力合约基差换月后向下大幅跳空，创下年内最低。

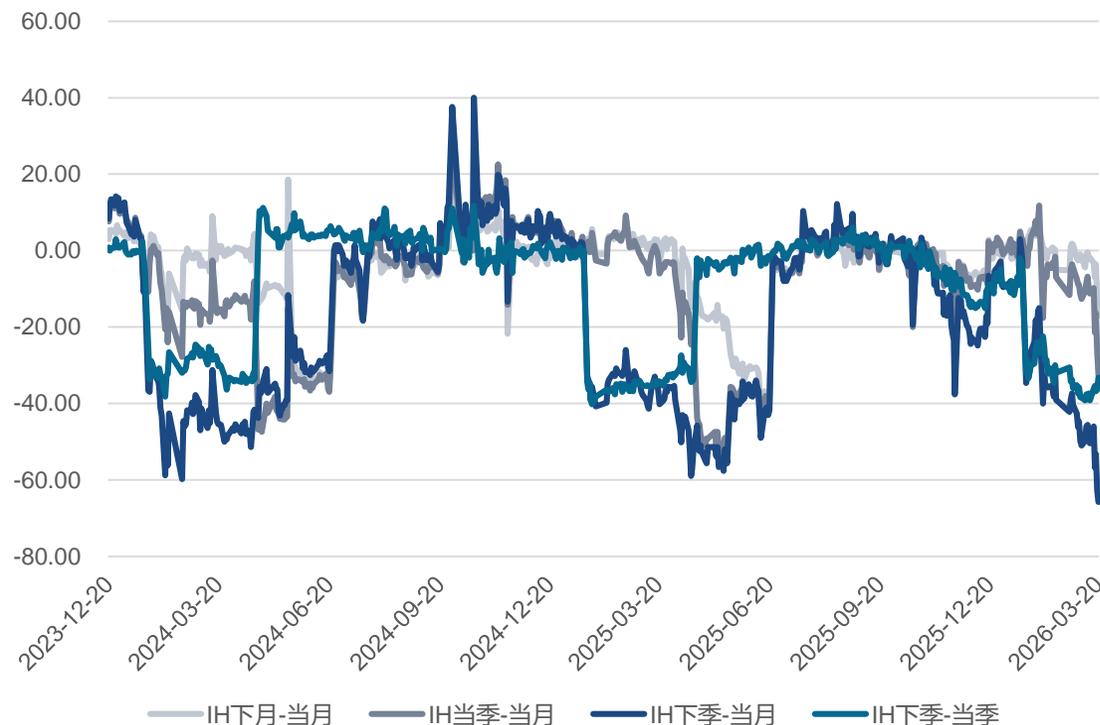
# 「周度市场数据」

## 「IH基差」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

## 「IH跨期」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

IH主力合约基差换月后向下跳空，创下年内最低。

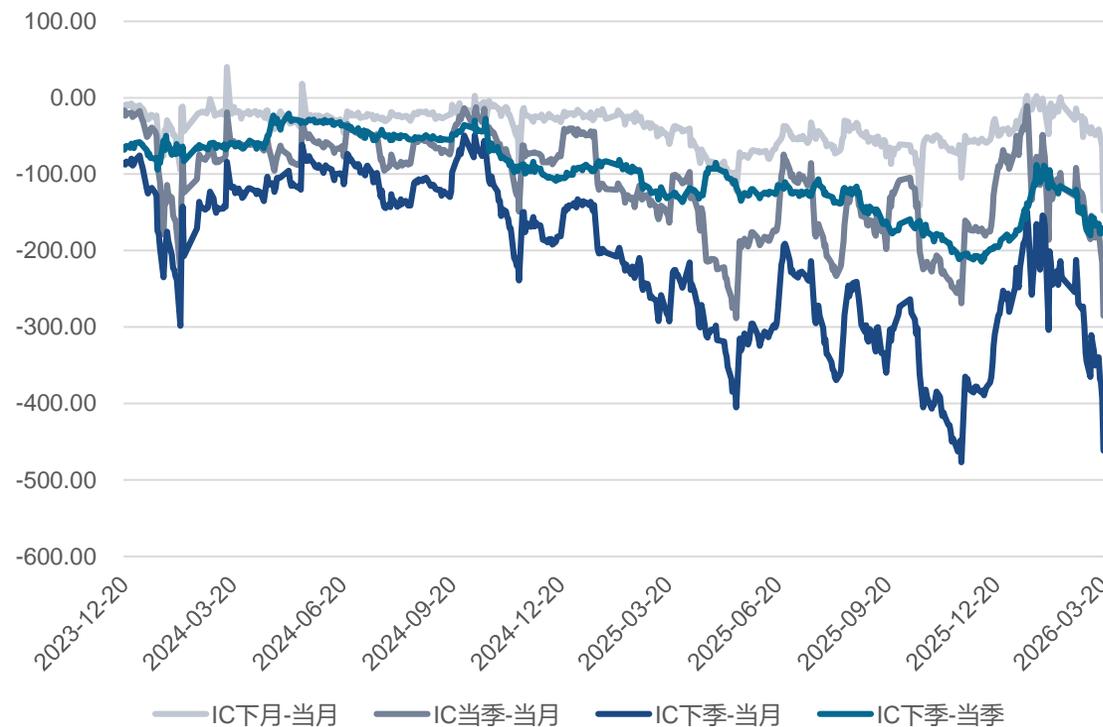
# 「周度市场数据」

## 「IC基差」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

## 「IC跨期」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

IC主力合约基差换月后向下大幅跳空，创下年内最低。

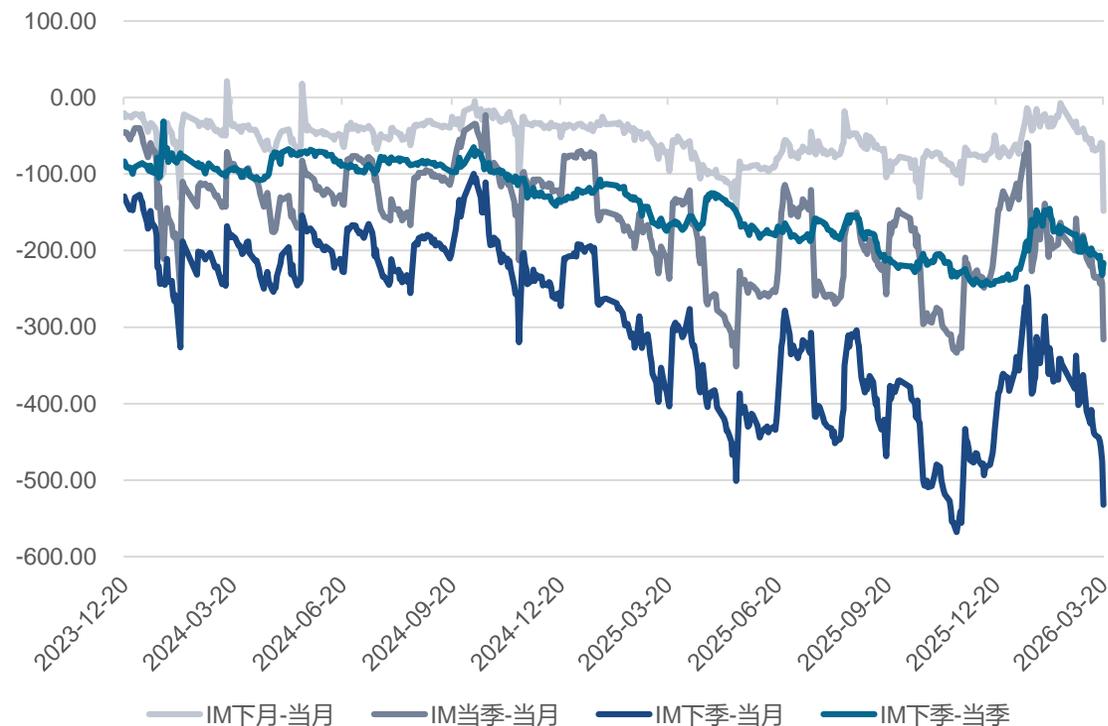
# 「周度市场数据」

## 「IM基差」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

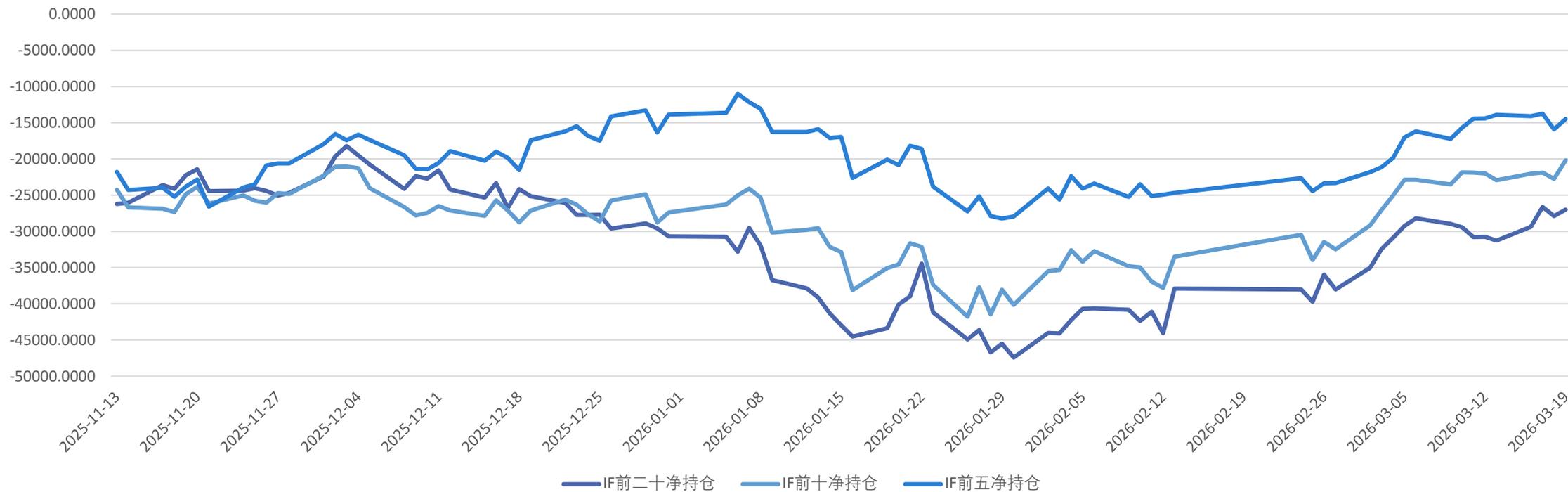
## 「IM跨期」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

IM主力合约基差换月后向下大幅跳空，创下年内最低。

## 「IF净持仓」



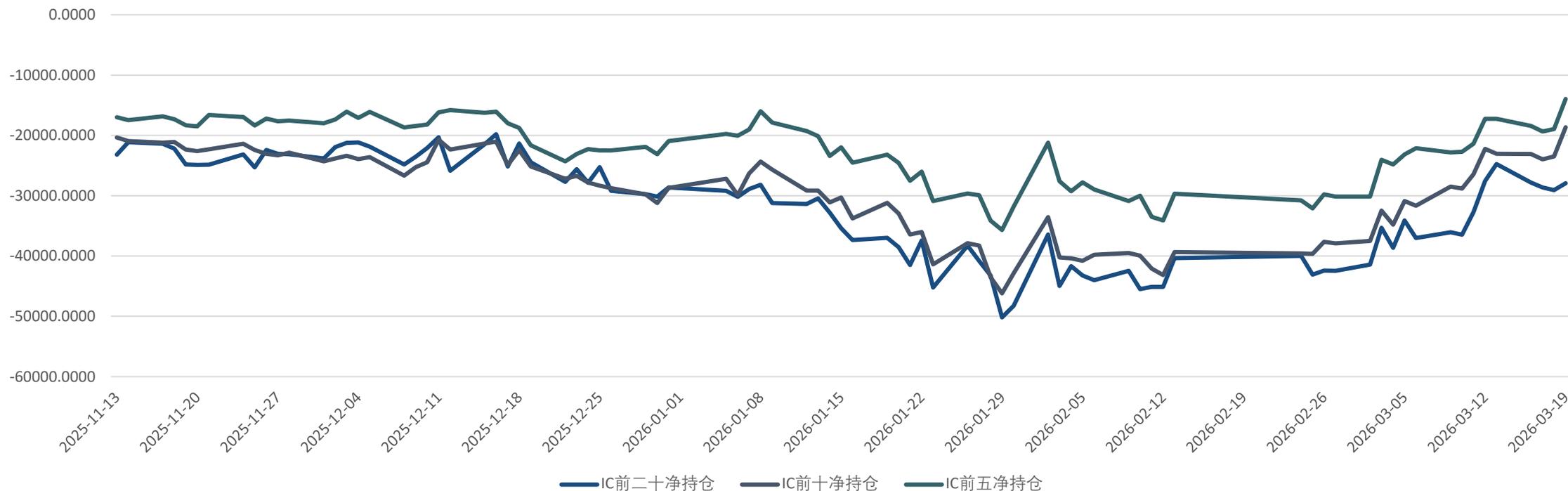
数据来源: wind, 瑞达期货研究院

## 「IH净持仓」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

## 「IC净持仓」



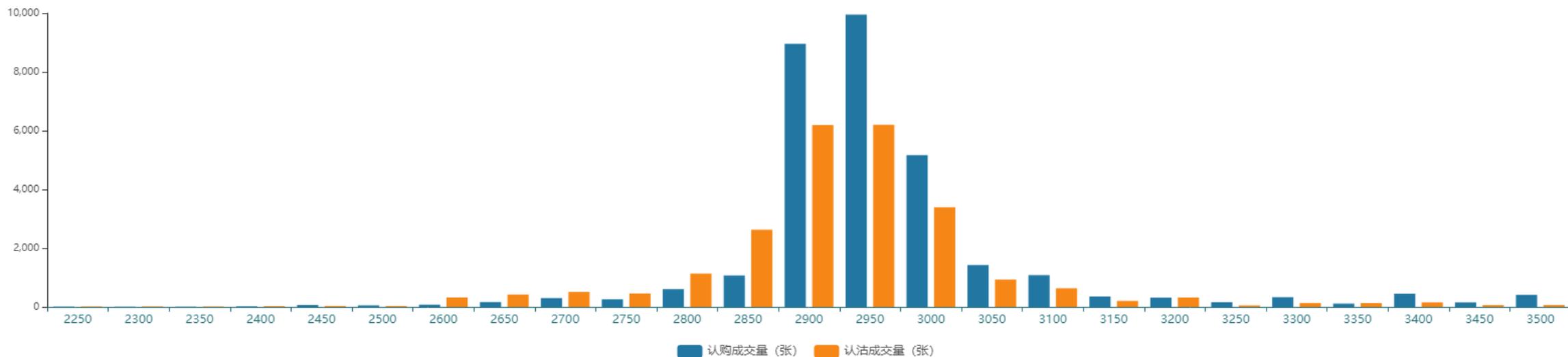
数据来源: wind, 瑞达期货研究院

## 「IM净持仓」

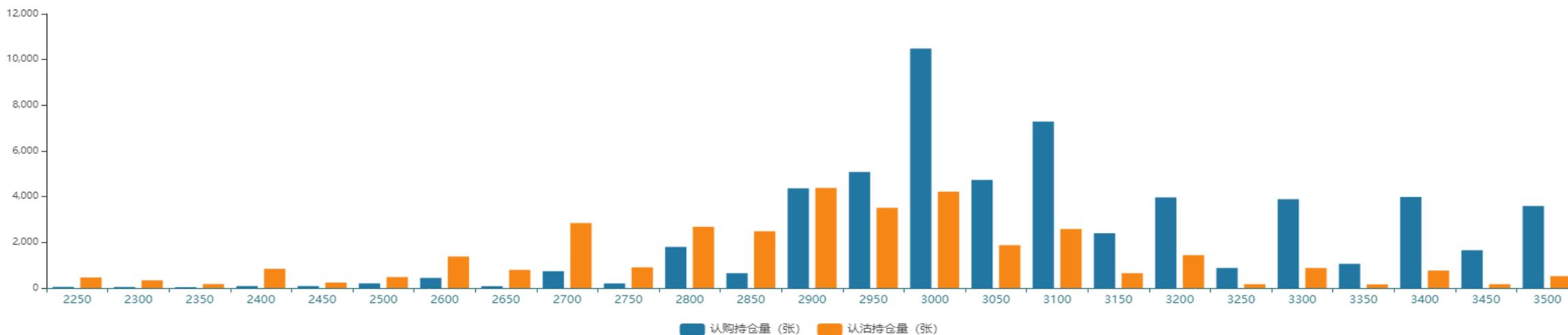


数据来源: wind, 瑞达期货研究院

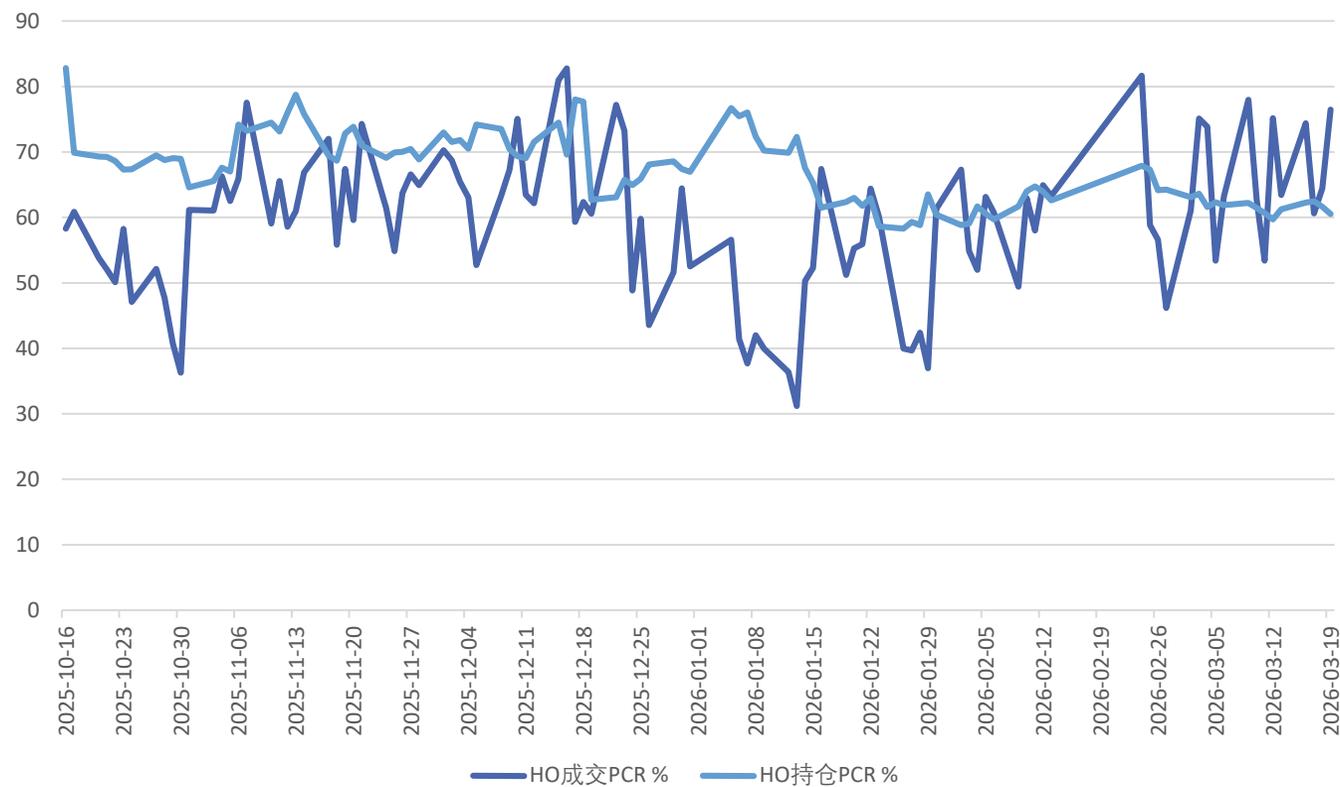
## 「上证50期权成交量分布」



## 「上证50期权持仓量分布」



## 「上证50成交、持仓PCR」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

# 「周度市场数据」

## 「上证50指数历史波动率」



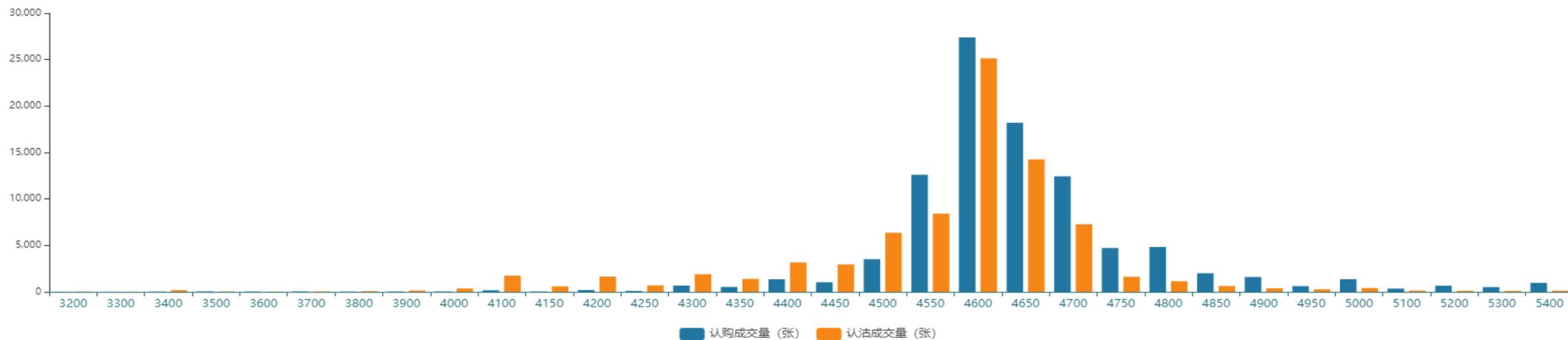
数据来源: wind, 瑞达期货研究院

## 「上证50期权隐含波动率」

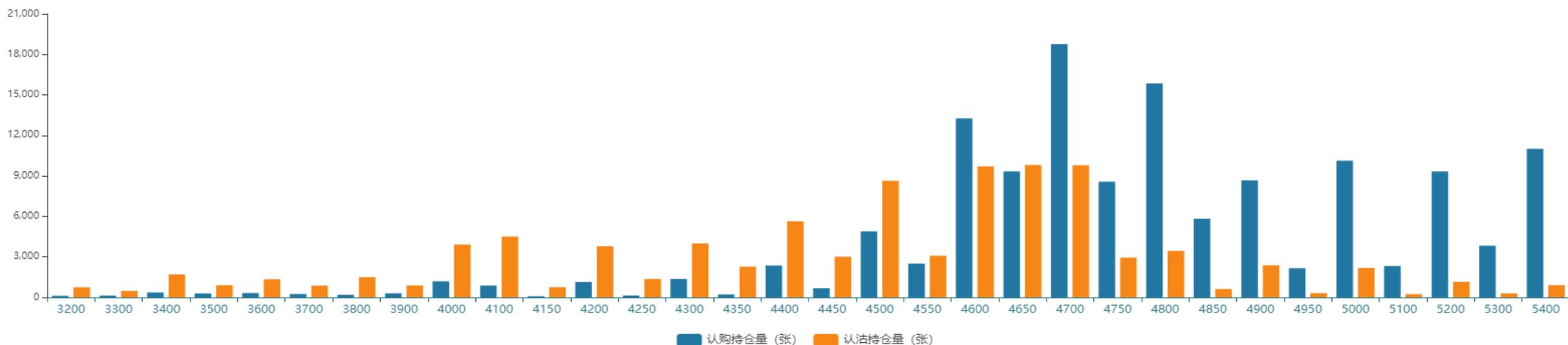


数据来源: wind, 瑞达期货研究院

## 「沪深300期权成交量分布」

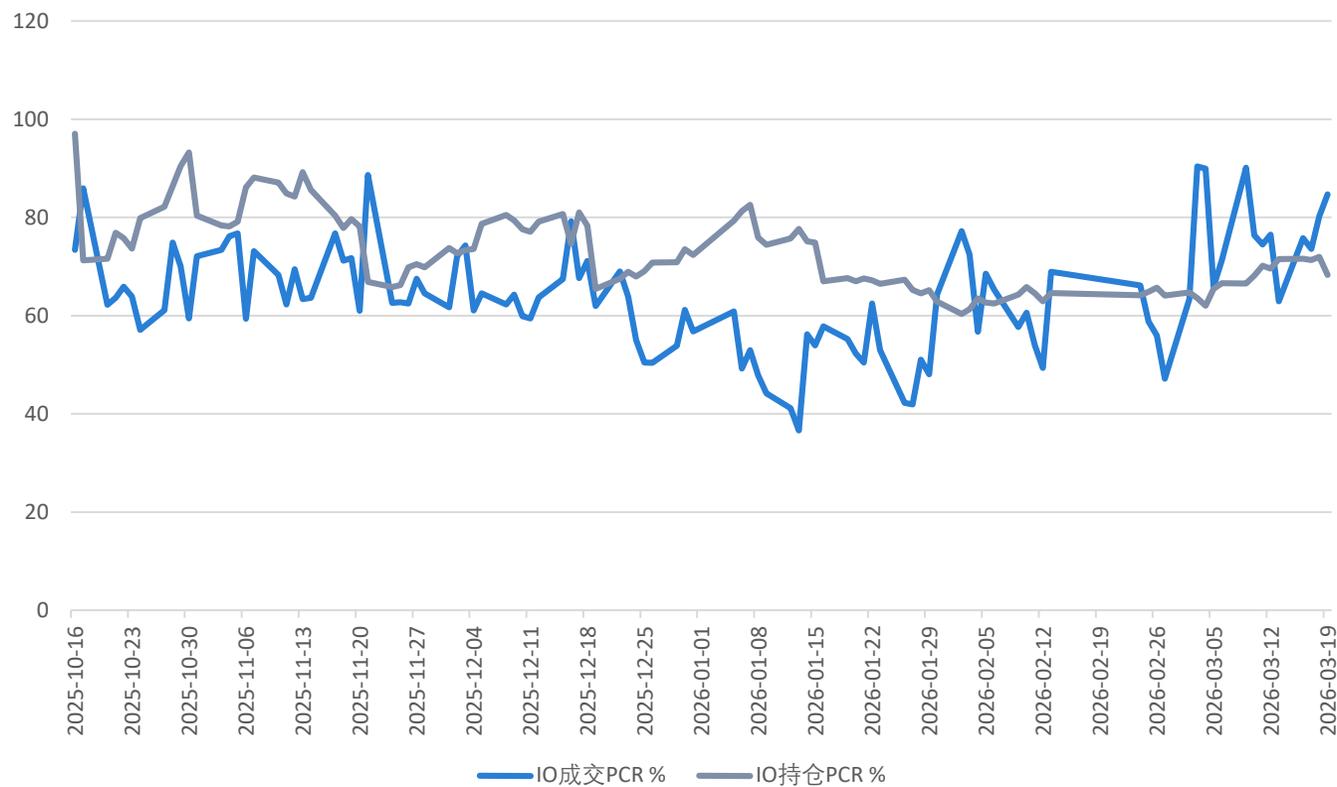


## 「沪深300期权持仓量分布」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

## 「沪深300成交、持仓PCR」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

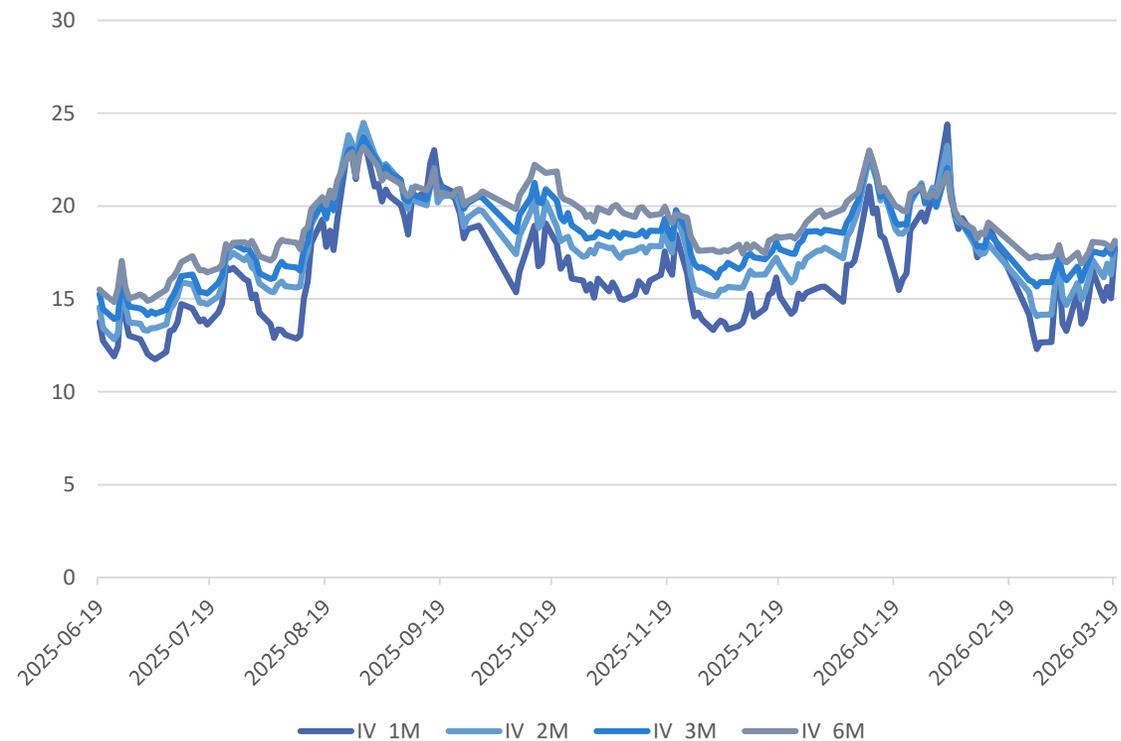
# 「周度市场数据」

## 「沪深300指数历史波动率」



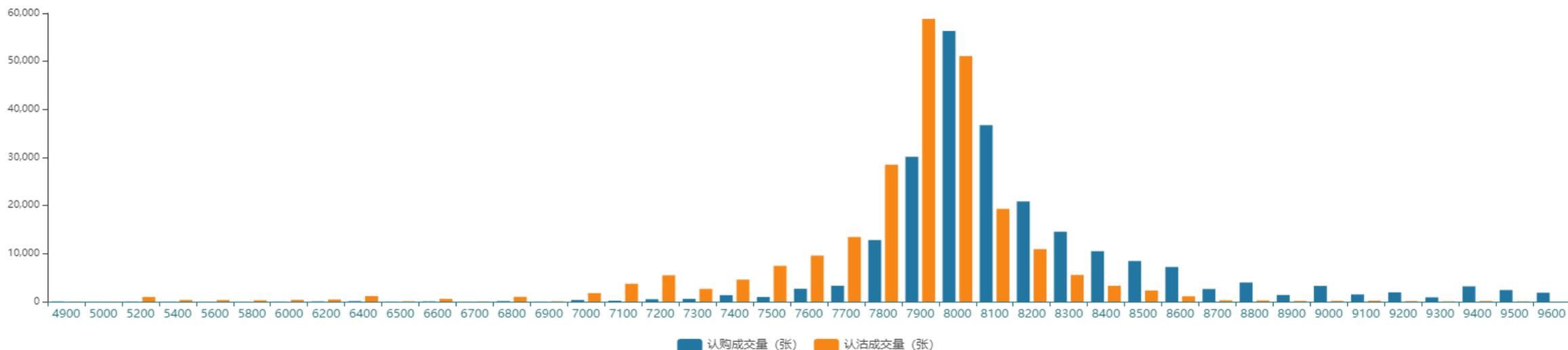
数据来源: wind, 瑞达期货研究院

## 「沪深300期权隐含波动率」

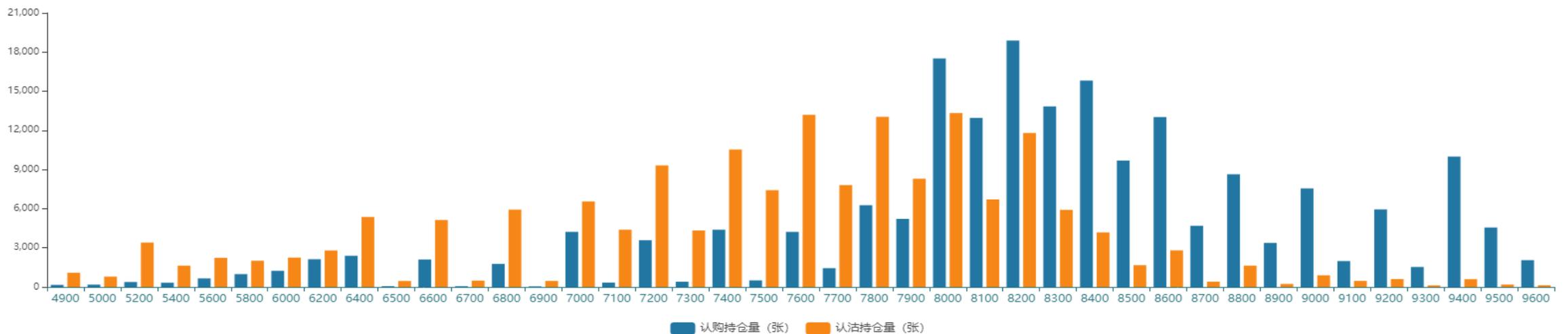


数据来源: wind, 瑞达期货研究院

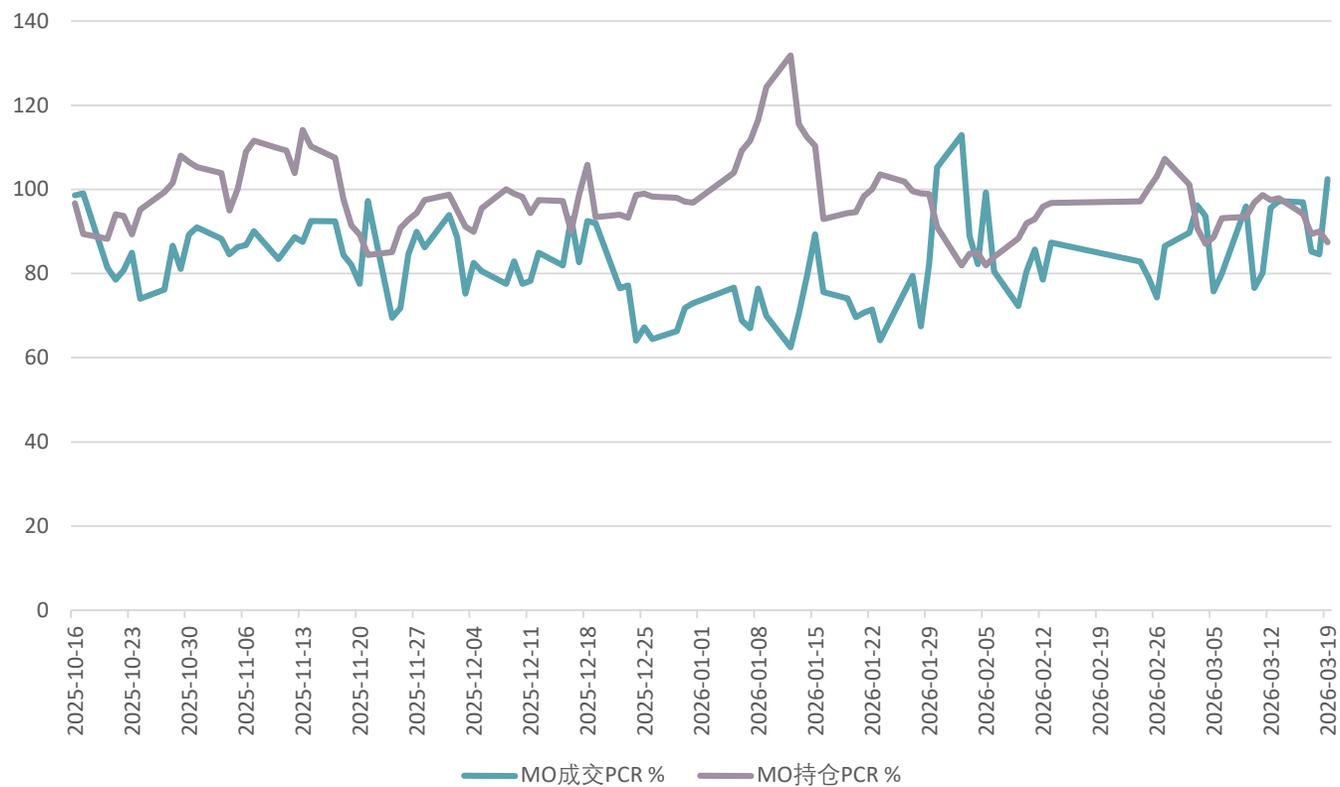
## 「中证1000期权成交量分布」



## 「中证1000期权持仓量分布」



## 「中证1000成交、持仓PCR」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

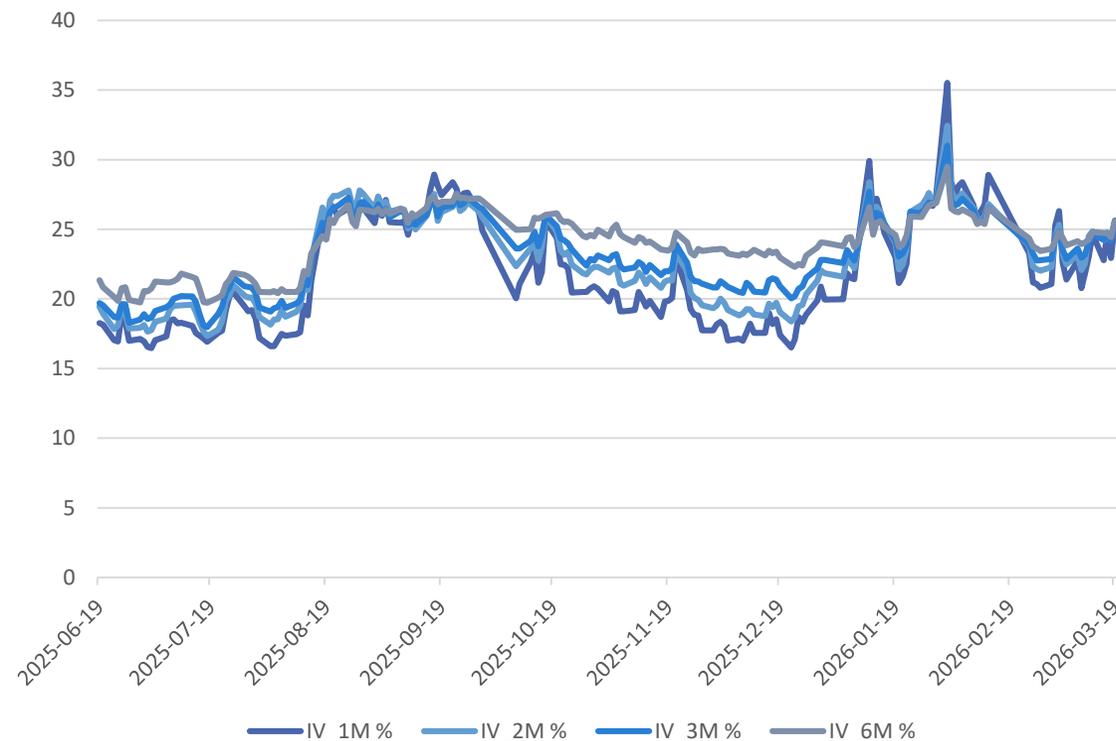
# 「周度市场数据」

## 「中证1000指数历史波动率」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

## 「中证1000期权隐含波动率」



数据来源: wind, 瑞达期货研究院

## 4、行情展望与策略

- **周度观点：**A股主要指数本周普遍下跌，除创业板指涨超1%外，其余指数均有不同幅度下跌。四期指集体走弱，中小盘股弱于大盘蓝筹股。本周，市场成交活跃度较上周进一步回落。海外方面，当地时间3月18日，美联储宣布维持利率不变，点阵图下调2026年降息次数，鲍威尔在会后新闻发布会上发表鹰派讲话，引发全球金融市场大跌。国内方面，经济基本面，2026年1-2月，国内规上工业增加值、固投、社零、进出口、通胀数据均较前值显著回升，2026年国民经济整体录得良好开局。金融数据上，2月份M1-M2剪刀差进一步收窄，资金活化程度上升；此外，居民存款M2剪刀差有所上升，暗示居民存款流入股市步伐放缓，但由于两者差仍处于负值区间，表明居民存款搬家仍在继续。上市公司基本面，四大宽基指数中已披露财报的上市公司营收同比增速均明显加快，归母净利增速除上证50指数外，同样有明显提升。整体来看，2月份国内经济基本面表现强劲。宏观基本面依旧稳健，为股市提供支撑。同时，随着时间进入3月下半月，上市公司开始进入年报密集披露期，市场转向事实验证阶段，目前披露2025年年报的上市公司表现良好。当下，油价带来的通胀上行预期，使得美联储转向鹰派，对全球市场形成冲击，但国内宏观层面和上市公司经营状况均保持稳定，为A股提供长期向好的内核。

## 免责声明

本报告中的信息均来源于公开可获得资料，瑞达期货股份有限公司力求准确可靠，但对这些信息的准确性及完整性不做任何保证，据此投资，责任自负。本报告不构成个人投资建议，客户应考虑本报告中的任何意见或建议是否符合其特定状况。本报告版权仅为我公司所有，未经书面许可，任何机构和个人不得以任何形式翻版、复制和发布。如引用、刊发，需注明出处为瑞达期货股份有限公司研究院，且不得对本报告进行有悖原意的引用、删节和修改。

### 瑞达期货研究院简介

瑞达期货股份有限公司创建于1993年，目前在全国设立40多家分支机构，覆盖全国主要经济地区，是国内大型全牌照期货公司之一，是目前国内拥有分支机构多、运行规范、管理先进的专业期货经营机构。2012年12月完成股份制改制工作，并于2019年9月5日成功在深圳证券交易所挂牌上市，成为深交所期货第一股、是第二家登陆A股的期货上市公司。

研究院拥有完善的报告体系，除针对客户的个性化需要提供的投资报告和套利、套保操作方案外，还有晨会纪要、品种日评、周报、月报等策略分析报告。研究院现有特色产品有短信通、套利通、市场资金追踪、持仓分析系统、投顾策略、交易诊断系统、数据管理系统以及金尝发服务体系专供策略产品等。在创新业务方面，积极参与创新业务的前期产品研究，为创新业务培养大量专业人员，成为公司的信息数据中心、产品策略中心和人才储备中心。

瑞达期货研究院将继续往开来，向更深更广的投资领域推进，为客户的期货投资奉上贴心、专业、高效的优质服务。