

股指期货市场回顾与后市展望

华龙期货投资咨询部

投资咨询业务资格:

证监许可【2012】1087号

金融板块研究员: 邓夏羽

期货从业资格证号: F0246320

投资咨询资格证号: Z0003212

电话: 13519655433

邮箱: 383566967@qq.com

报告日期: 2026年4月7日星期二



本报告中所有观点仅供参考,请投资者务必阅读正文之后的免责声明。

摘要:

【行情复盘】

4月3日A股三大指数集体回调,截止收盘,沪指跌1%,收报3880.10点;深证成指跌0.99%,收报13352.90点;创业板指跌0.73%,收报3149.60点。行业板块呈现普跌态势,公用事业、电力、煤炭、广告营销、光伏设备、化学原料、农林牧渔、风电设备、影视院线板块跌幅居前,仅通信设备、电子化学品、稀土板块逆市上涨。沪深京三市成交额仅有16691亿元。

上周国内股指期货市场小幅回调,主力合约具体数据如下:

品种	合约代码	4月3日收盘价	周涨跌幅
沪深300期货	IF	4,362.2	-1.47%
上证50期货	IH	2,804.4	-0.36%
中证500期货	IC	7,352.0	-2.74%
中证1000期货	IM	7,309.4	-2.85%

【债券】

上周,国债期货走势分化。具体如下:

主力合约名称	周涨跌幅(%)	上周收盘价(元)
30年期国债期货	0.25	111.460
10年期国债期货	0.04	108.270
5年期国债期货	0.02	106.000
2年期国债期货	-0.01	102.498

一、基本面分析

(一) 中共中央政治局委员、外交部长王毅应约同俄罗斯外长拉夫罗夫通电话，就当前中东形势交换意见。王毅表示，中俄作为联合国安理会常任理事国，应在大是大非问题上体现公道，采取客观平衡做法，并争取国际社会更多理解和支持。中方始终主张通过对话谈判政治解决国际和地区热点问题。当前，中东局势仍在恶化、战事还在升级。解决霍尔木兹海峡通航问题的根本是尽快停火止战。(Wind)

(二) 中国国家铁路集团有限公司透露，4月4日，全国铁路发送旅客2212.3万人次，创清明假期运输单日旅客发送量历史新高。4月5日，全国铁路预计发送旅客1470万人次，计划加开旅客列车768列。4月3日到7日，全国铁路预计共发送旅客9050万人次。公路出行方面，交通运输部透露，全国高速公路小客车流量预计超5400万辆，其中新能源汽车流量预计约1400万辆。(Wind)

(三) 证监会发布《关于短线交易监管的若干规定》，自2026年4月7日起施行。《规定》主要包括：明确适用主体和券种范围。规定买入卖出时均具备大股东、董监高身份和买入时不具备但卖出时具备的，需遵守短线交易制度。规定“其他具有股权性质的证券”包括存托凭证、可交债、可转债等，细化明确监管要求；明确持股和交易时点的认定计算标准。规定买卖时点为证券过户登记日，大股东持股比例按同一上市、挂牌公司在境内外已发行股份合并计算，境外投资者不同渠道持有的证券数量合并计算等，与有关规定做好衔接。

(四) 伊朗武装部队哈塔姆安比亚中央总部司令阿卜杜拉希回应美国总统特朗普发出的“48小时”通牒，强调伊朗军方将坚定捍卫民族权利、保护国家资产，让侵略者付出代价。当地时间4月4日，特朗普在社交媒体上发文，要求伊朗48小时内“达成协议”或“开放霍尔木兹海峡”，并威胁称时间所剩无几。若伊朗未能在4月7日晚间之前开放霍尔木兹海峡，美国将把伊朗发电厂列为打击目标。特朗普3月26日曾宣布，将对伊朗能源设施的“摧毁”行动推迟10天，期限延至美国东部时间4月6日20时。这已是其第二次推迟这一时限。(Wind)

(五) Wind数据显示，上周央行公开市场开展了3040亿元逆回购操作，因上周有4742亿元逆回购到期，上周实现净回笼1702亿元。

Wind 数据显示，本周央行公开市场将有 3040 亿元逆回购到期，其中周一至下周五分别到期 0 亿元、3020 亿元、5 亿元、5 亿元、10 亿元。此外，周三将有 11000 亿元 90 天期买断式逆回购到期，周四将有 700 亿元 21 天期国库现金定存到期。

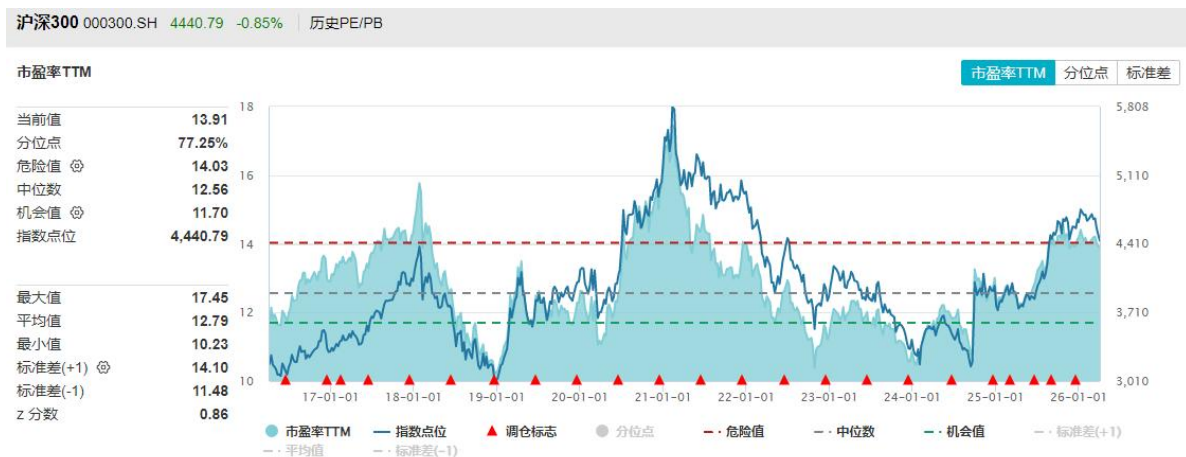
日期	星期	到期金额(亿元)
2026-04-06	周一	0
2026-04-07	周二	3020
2026-04-08	周三	5
2026-04-09	周四	5
2026-04-10	周五	10

数据来源：Wind 资讯

二、估值分析：

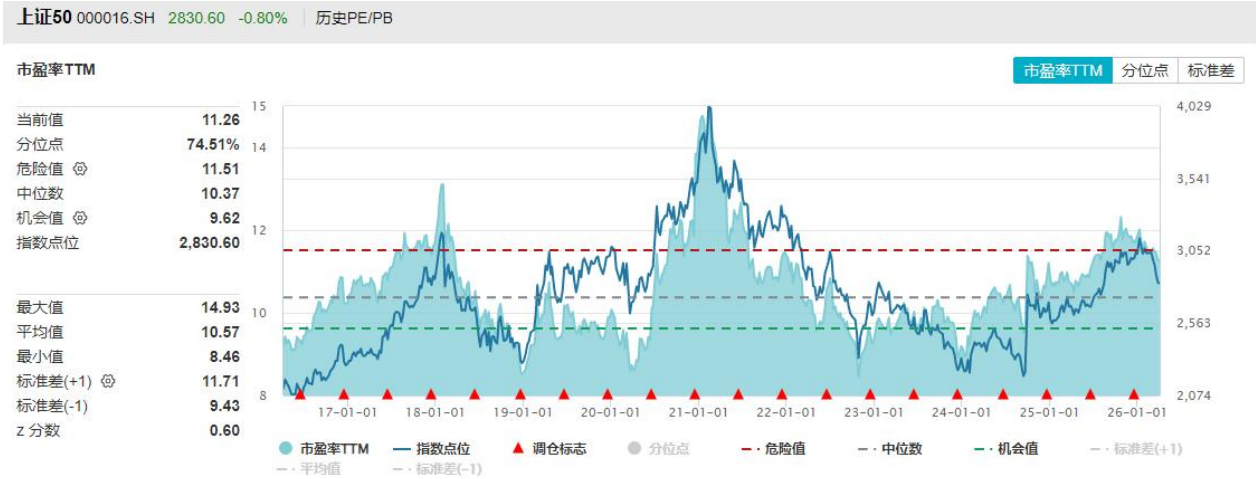
截止 4 月 3 日，沪深 300 指数的 PE：13.91 倍、分位点 77.25%、PB：1.42 倍。上证 50 指数的 PE：11.26 倍、分位点 74.51%、PB：1.21 倍。中证 500 指数的 PE：34.29 倍、分位点 85.69%、PB：2.34 倍。中证 1000 指数的 PE：46.21 倍、分位点 72.75%、PB：2.48 倍。

沪深 300 指数估值分位图



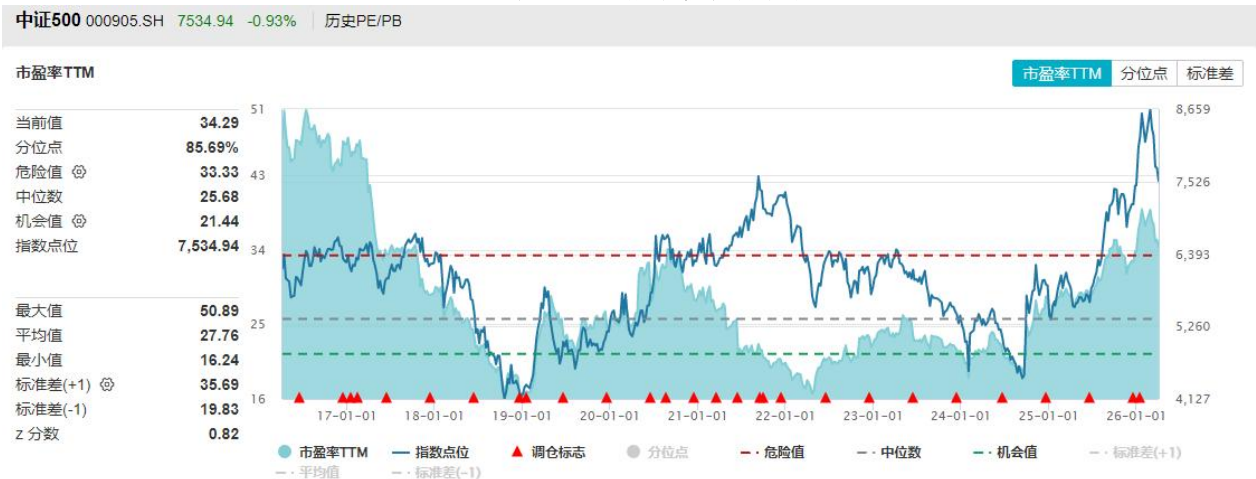
数据来源：Wind 资讯

上证 50 指数估值分位图



数据来源：Wind 资讯

中证 500 指数估值分位图



数据来源：Wind 资讯

中证 1000 指数估值分位图



数据来源：Wind 资讯

三、估值分析：

股债利差：

股债利差是股市收益率与国债收益率的差值。绘制此图股票收益率可以选择沪深 300、中证 500 或者全部 A 股，债券可以选择 5/10 年国债。

股债利差公式一（市盈率倒数） $股债利差 = (1/指数静态市盈率) - 10年国债收益率$

股债利差公式二（股息率） $股债利差 = 10年国债收益率 - 指数静态股息率$



(乐咕乐股网)

四、中国-巴菲特指标

“巴菲特指标”的计算基于美国股市的市值与衡量国民经济发展状况的国民生产总值(GNP)，巴菲特认为，若两者之间的比率处于 70%至 80%的区间之内，这时买进股票就会有不错的收益。但如果在这个比例偏高时买进股票，就等于在“玩火”。

2026 年 4 月 3 日，总市值比 GDP 值为：86.83%

当前“总市值/GDP”在历史数据上的分位数	85.36%
当前“总市值/GDP”在最近 10 年数据上的分位数	88.71%

总市值：ΣA 股市值（上交所、深交所、北交所已上市股票），总市值计算相关参考数据：A 股每日股票指标

GDP：上年度国内生产总值（例如：2019 年，则取 2018 年 GDP）

总市值比GDP

2026-04-03

☆收藏

总市值: 121.72 (万亿) GDP: 140.19 (万亿)

总市值/GDP: 86.83%



数据来源：乐估乐股网

五、综合分析：

行情回顾：上周股指期货市场整体呈现震荡下行态势。周初市场走势分化，中小盘指数期货小幅收涨，大盘蓝筹期货微跌；随后两个交易日市场连续回调，各品种普遍走弱；临近假期，市场交投清淡，缩量阴跌。全周来看，中证 500 期货（IC）与中证 1000 期货（IM）跌幅较大，均超 2.5%；沪深 300 期货（IF）跌幅约 1.5%；上证 50 期货（IH）表现相对抗跌，跌幅不足 0.5%。两市成交额逐日萎缩，周五降至 1.7 万亿以下，创近期地量。

市场主要影响因素解读：

假期效应压制交投意愿：清明小长假临近，市场资金避险情绪升温，交易活跃度显著下降，成交持续缩量，制约了反弹动能。

外部地缘不确定性犹存：中东局势反复，国际油价波动，全球风险偏好承压，对 A 股形成情绪传导，尤其对高弹性的中小盘品种影响更大。

估值压力部分释放：经过连续调整，主要指数估值分位数较前期高点有所回落。沪深 300 与上证 50 估值分位数降至 77% 与 75% 左右，中证 500 仍处 85% 以上高位，中证 1000 回落至 73%。总市值与 GDP 比值降至 87%，市场整体估值压力得到一定缓解。

后市展望：短期市场处于缩量探底阶段，假期后资金回流情况值得关注。若量能温和放大，市场有望迎来技术性修复。结构上，大盘蓝筹在调整中展现出较强抗跌性，中小盘品种波动仍可能较大。预计市场将以震荡整固为主，等待新的催化因素。

操作建议

单边：建议观望为主，等待节后量能回暖和企稳信号。可关注大盘蓝筹期货的防御价值

套利：可阶段性关注多 IH 空 IC 的跨品种套利，博弈市场震荡阶段大盘蓝筹的相对抗跌优势

期权：在市场波动预期下，可利用备兑开仓策略增厚持仓收益，或买入虚值看跌期权对冲潜在风险

免责声明

此报告著作权归华龙期货股份有限公司所有，未经华龙期货股份有限公司的书面授权，任何人不得更改或以任何方式发送、复印、传播本报告的内容。此报告中所使用的商标、标记均为华龙期货股份有限公司的商标、标记。

此报告所载内容仅作参考之用，并不构成对任何人的投资建议，且华龙期货股份有限公司不因接收人收到此报告而视其为客户。

此报告所载资料的来源及观点的出处皆被华龙期货股份有限公司认为可靠，但华龙期货股份有限公司及研究人员对这些信息资料的准确性和完整性不作任何保证，也不保证本报告包含的信息或建议在本报告发出后不会发生任何变更，且本报告中的资料、意见和预测均反映本报告发布时的资料、意见和预测，可能在随后会做出调整。此报告中的操作建议为研究人员利用相关公开信息分析得出，仅供参考，据此入市风险自负。

此报告中所指的投资及服务可能不适合阁下，我们建议阁下如果有任何疑问应咨询独立投资顾问。本报告并不构成投资、法律、会计或税务建议，且不对任何投资及策略做担保，此报告不构成给予阁下的私人咨询建议。

联系我们

机构名称	地址	联系电话	邮编
兰州总部	甘肃省兰州市城关区东岗西路街道天水中路3号第2单元30层001室	4000-345-200	730000
深圳分公司	深圳市南山区粤海街道大冲社区大冲商务中心（三期）4栋17B、17C1702	0755-88608696	518000
宁夏分公司	银川市金凤区正源北街馨和苑10号商业楼18号营业房	0951-4011389	750004
上海营业部	中国（上海）自由贸易试验区桃林路18号A楼1309、1310室	021-50890133	200122
酒泉营业部	甘肃省酒泉市肃州区西文化街6号3号楼2-2室	0937-6972699	735211