

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: 侯帆

期货从业资格证号: F3076451

投资咨询资格证号: Z0019257

电话: 15117218912

邮箱: houfan@qq.com

报告日期: 2026年7月6日星期一



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】

上周期指市场整体震荡偏强,但风格切换频繁。周一IH大涨2.29%领涨,IM独自收跌;周二风格逆转,IC大涨3.15%领跑,IH涨幅仅0.44%;周三至周五各品种窄幅震荡,方向不明。全周来看,中证500期货(IC)涨1.08%领涨,上证50期货(IH)涨0.97%紧随其后,中证1000期货(IM)涨0.65%,沪深300期货(IF)涨0.08%几乎持平。两市成交额先缩后稳,维持3.3-3.5万亿区间。

上周主力合约具体数据如下:

品种	合约代码	7月3日收盘价	周涨跌幅(%)
沪深300期货	IF	4,752.2	0.08%(4.0)
上证50期货	IH	2,886.6	0.97%(27.6)
中证500期货	IC	8,538.0	1.08%(91)
中证1000期货	IM	8,373.0	0.65%(53.8)

【债券】

上周,国债期货集体收涨。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	-0.75%(-0.86)	113.250
10年期国债期货	-0.13%(-0.145)	109.035
5年期国债期货	-0.07%(-0.070)	106.340
2年期国债期货	-0.01%(-0.010)	102.626

一、基本面分析

(一) 中国证监会对《上市公司证券发行注册管理办法》、《北京证券交易所上市公司证券发行注册管理办法》以及配套规则进行修改，现向社会公开征求意见。主要修改内容如下：一是建立再融资定向增发储架发行制度。二是优化小额快速再融资制度，在拟融资规模不超过净资产 20%的前提下，沪深交易所上市公司小额快速融资上限从 3 亿元提升至 6 亿元，净资产超过 100 亿元的特大型企业小额快速融资上限提升至 10 亿元；北交所上市公司小额快速融资上限从 1 亿元提升至 2 亿元。三是实行统一的市价发行定价机制。四是简化上市公司向控股股东定增条件。五是强化可转债监管要求。六是进一步明确募集资金投向主业等监管要求。上交所、深交所、北交所拟同步修订相关规则。(Wind)

(二) 国家统计局表示，据对全国流通领域 9 大类 50 种重要生产资料市场价格的监测显示，2026 年 6 月下旬与 6 月中旬相比，13 种产品价格上涨，34 种下降，3 种持平。(Wind)

(三) 2026 年 4 月 24 日晚，沪深北交易所修订发布交易规则，新版交易规则将于 7 月 6 日起施行。新版交易规则主要有五大核心变化：盘后固定价格交易全面扩容。由创业板、科创板股票扩展至全部 A 股和交易型开放式基金；上交所基金收盘阶段交易方式由连续竞价调整为收盘集合竞价，并通过集合竞价产生收盘价；主板风险警示股票价格涨跌幅限制比例由 5%调整为 10%；深交所创业板引入做市商制度；大宗交易机制优化。创业板股票协议大宗交易成交确认时间由 15:00 至 15:30，调整为 9:30 至 11:30、13:00 至 15:30。北交所无价格涨跌幅限制的股票大宗交易参考价调整为当日竞价交易实时成交均价。(财联社)

(四) Wind 数据显示，上周央行公开市场开展了 15785 亿元逆回购操作（包括 6785 亿元 7 天期逆回购、9000 亿元隔夜逆回购），因上周有 31655 亿元逆回购到期（包括 22655 亿元 7 天期逆回购、9000 亿元隔夜逆回购），上逆回购实现净回笼 15870 亿元。

Wind 数据显示，本周央行公开市场将有 6785 亿元逆回购到期，其中周一至周五分别到期 1575 亿元、695 亿元、1000 亿元、2885 亿元、630 亿元。此外，周一有 8000 亿元 89 天期买断式逆回购到期。

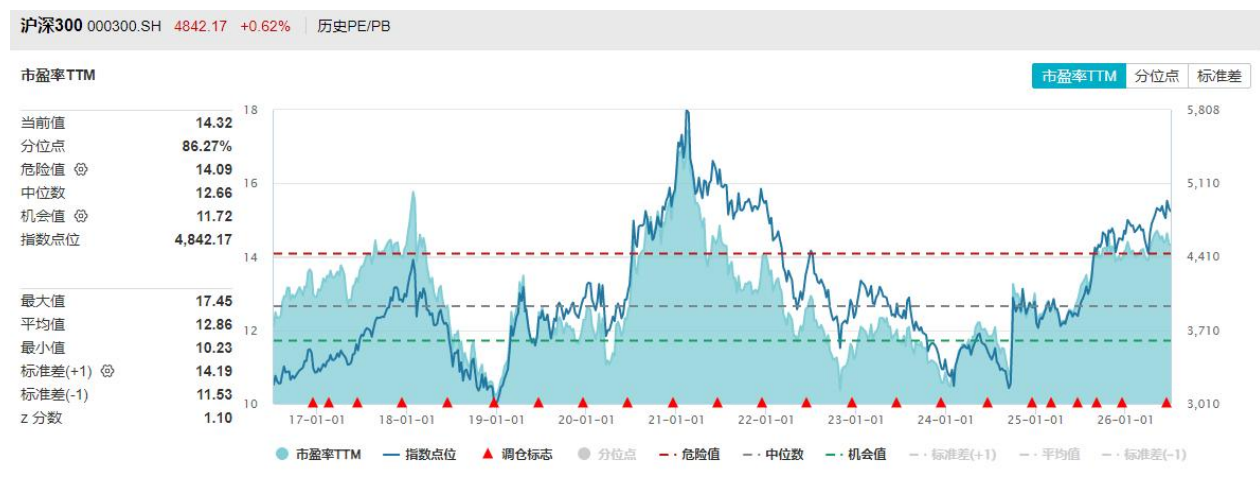
日期	星期	到期金额(亿元)
2026-07-06	周一	1575
2026-07-07	周二	695
2026-07-08	周三	1000
2026-07-09	周四	2885
2026-07-10	周五	630

数据来源：Wind 资讯

二、估值分析：

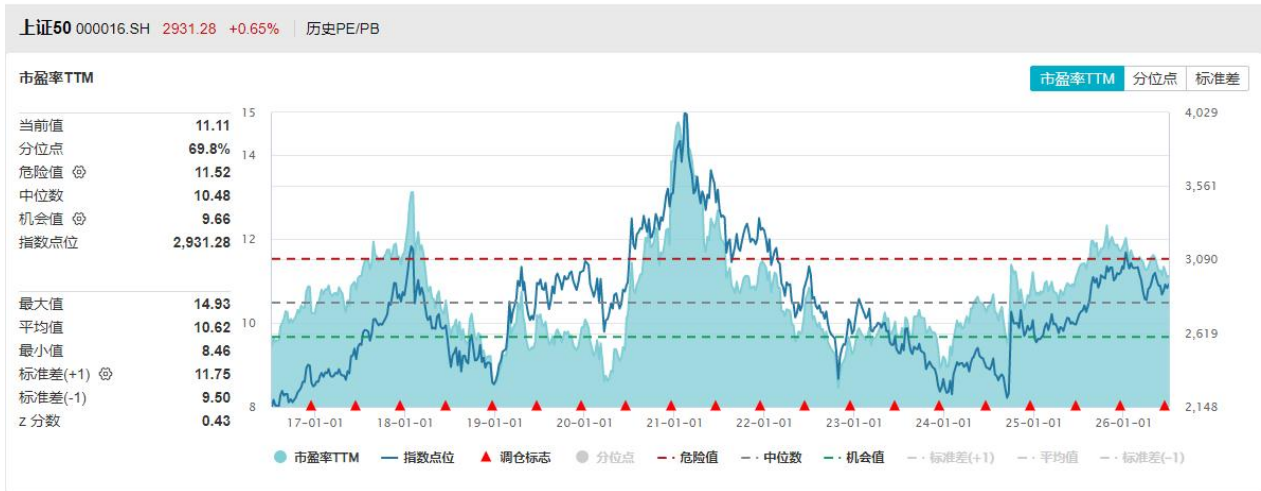
截至 7 月 3 日，沪深 300 指数的 PE：14.32 倍、分位点 86.27%、PB：1.45 倍。上证 50 指数的 PE：11.11 倍、分位点 69.8%、PB：1.20 倍。中证 500 指数的 PE：40.86 倍、分位点 92.35%、PB：2.73 倍。中证 1000 指数的 PE：51.71 倍、分位点 86.47%、PB：2.74 倍。

沪深 300 指数估值分位图



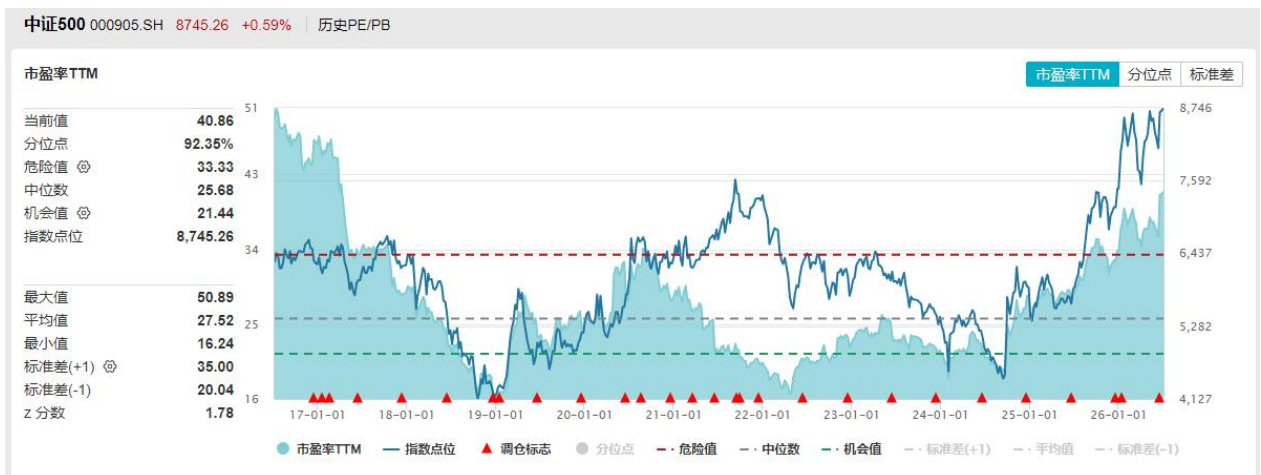
数据来源：Wind 资讯

上证 50 指数估值分位图



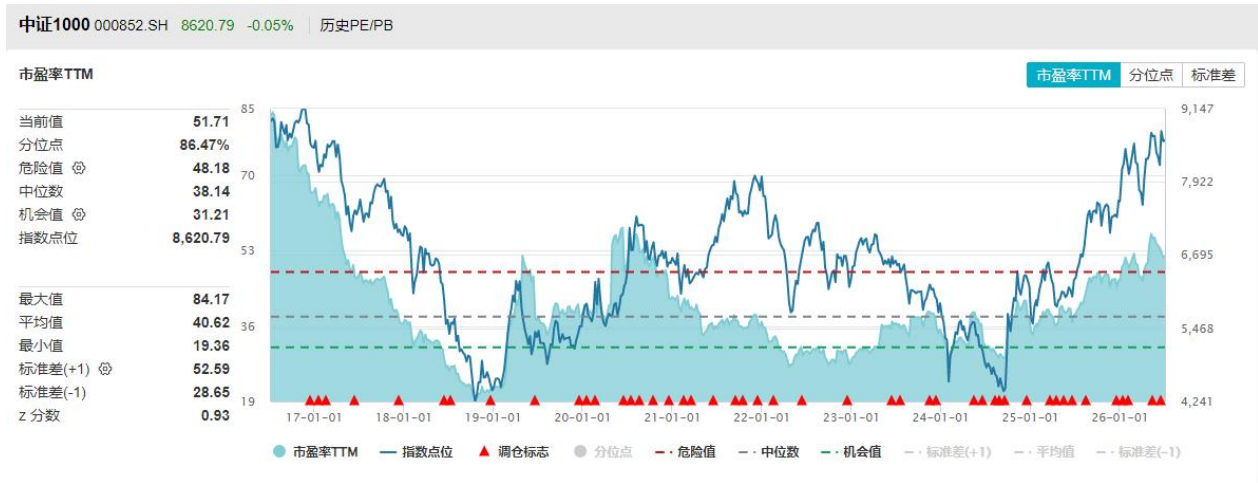
数据来源：Wind 资讯

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

股债利差



(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)，目前主流的专业观点认为，A股合理的估值区间大约在 70% - 100% 之间，而低于 70% 通常被视为低估区域。

2026 年 7 月 3 日，总市值比 GDP 值为：93.81%

当前“总市值/GDP”在历史数据上的分位数	92.98%
当前“总市值/GDP”在最近 10 年数据上的分位数	96.95%

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）



五、综合分析：

行情回顾：上周市场震荡偏强，各品种周度小幅收涨。风格切换频繁——周初大盘蓝筹领涨、周中中小盘接棒、周末再度轮动。估值分位仍处历史偏高区域，中小盘尤为突出。7月进入政策真空期与中报验证期，市场情绪趋于谨慎。

市场主要影响因素解读：

风格切换频率加快：上周几乎每日大小盘强弱关系都在变化，反映市场缺乏持续主线，存量资金在不同风格间快速轮动博弈，操作难度加大。

估值约束持续高压：截至上周五，中证500指数PE分位约92%，中证1000指数约86%，沪深300指数约86%，总市值与GDP比值处于近十年97%分位，中小盘估值压力尤为突出。

宏观面进入观察期：6月PMI数据公布后，7月进入政策真空期与中报业绩验证期，市场缺乏明确催化，情绪趋于谨慎。

月末调仓扰动消退：半年度末机构调仓行为结束后，市场波动有所收敛，但风格轮动依然频繁。

后市展望：7月进入中报业绩披露期，市场关注点将从流动性驱动逐步转向业绩验证。高估值中小盘品种面临业绩兑现压力，大盘蓝筹的相对估值优势或逐步显现。预计市场以震荡整理为主，风格再平衡可能加速。

操作建议

单边：谨慎观望，可逢低关注IH的配置机会，中小盘品种需警惕估值与业绩不匹配风险

套利：IM/IH价差仍处历史高位，价差收敛策略可继续关注，重点关注风格再平衡信号

期权：利用备兑开仓增厚收益，或买入虚值看跌期权对冲波动风险

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