

2023年期货实战心得(模板5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

期货实战心得篇一

经过两个多月的期货操作实验，毕竟是初学者，我做了很多这方面的准备：了解了很多期货操作入门的知识。也体验到了期货操作的风险。随行就市，也就是随着行情的趋势下单，简单来讲就是期货涨的时候会一路猛涨，也就是通常所说的牛市；跌的时候会是一点的惨绝人寰——熊市，它是操盘手们在任何时候的敌人。当你认为某种期货看涨时买，才会有收益可能，否则很可能亏得片甲不留。

在实验课上，我操作大多以高卖低买开局，当价格开始下跌的时候我会找时机抛出，当价格上涨的时候，我会根据自己的判断进行止损或平均买高。我第一个买的是金属。金属是当今世界期货市场中比较成熟的期货品种之一。我发现金属期货的价格变动非常快，当我在看其他期货价格和k线图进行分析的时候，价格已经变动的很大了。所以，做期货时要眼疾手快。课后，我大概了解了一些其他也像期货一样有趣的东东，就像开心网上的“模拟股市”。

虽然老师给了100万元的模拟资金，但最开始下单后，眼睛始终紧盯着持仓明细的界面，时不时的刷新，看着各项交易盈亏的起落，心都悬着，也有些明白了电视剧中股票投资者的心理。赚了高兴，亏了心急。也许是菜鸟的关系吧，和其他同学一样，我在心目中根本就没有什么“见好就收”的概念。买了金属亏了，亏得很惨，但我总想着它一定能起来。现在

自己实践的时候总算明白了期货交易的一些原理。要占自己资金总量的一定比例，开仓不要太多。由于我的亏损量太多，舍不得平仓，想象股票那样通过持仓几天来减少亏损，但是适得其反，几天后进行平仓时发现亏损不仅没有减少，反而越发大了，所以只得及时平仓了。所以我明白了，初入门的人在刚开始的时候应该少操作以保证盈利，因为期货的手续费还是蛮高的。期货尽量不要持续持仓，尽量当日平仓！这样会降低期货价格波动的风险。还有没有行情的时候不要急于入场，一定要判断好时机在建仓，如果盲目开仓，只会造成亏损。

因此，我认为，现在我们毕竟对期货认识还不够深刻，做“长线”还不如做“短线”。当时的感觉就是期货市场的水太混了，今天收盘很高，明天开盘就跌到底了，瞬息万变的，谁也说不准明天的行情会是什么样的，对未来行情没有充分把握的情况下，切记不可留仓过夜，我认为短线操作利于像我们这样刚入门的人和一些中小投资者获利。短线交易没有太多时间思考，一开仓单入市后，马上就要执行平仓指令，所以执行交易指令一定要坚决。在普通的趋势交易中，犹豫几分钟可能不会影响交易的结果，但短线交易几秒钟的犹豫就会错过平仓的机会，短线交易的平仓指令是跟随市场的下一个波动做出的，在开仓的同时就已经决定了必须在市场下一个跳动价位平仓，短线交易赚取也正是价格随机波动带来的利润，一旦没有及时跟随市场的节奏平仓，哪怕只有一次犹豫，这一天就可能全盘皆输。市场永远是在无序的波动之中，炒手对于买入卖出的方向性选择不是靠对长期趋势的判断，而是靠自己对于价位下一次波动的预期。短线炒手赚取的是当天交易的波动利润，绝对不能隔夜持仓。短线交易一旦亏损立即止损出局，每笔交易的亏损尽量不要超过一个波动价位，必须把短线炒作和普通趋势投资严格区别开来。只有把握了市场的方向，顺势做，盈利的可能性才更大。把握好止损。即使没有交易经验，做好止损也可以控制住风险。

短线操作的时候精神必须高度集中，稍有犹豫或耽搁都有可能

导致亏损，更会因此打乱节奏，或使心态变坏。还有要说的就是：要清楚这个市场是多头市场还是空头市场。只有确保日内赢利，才能很好的在这个市场里操作好。日内的好处在于：你有主动权控制，你有权利选择参与或不参与交易，你可以安稳地休息，你可以明确的止损。

以上是我进行期货实验两个月的心得，毕竟是初学者，感悟还是比较浅薄。我想说一点由期货引起的生活感悟：在炒期货的时候要学会适可而止，要及时止损和止盈，在期货操作的时候，不要因为一次的盈利而满足骄傲，也不要因为造成了亏损而灰心丧气，我们都要学会知足，我们心里都希望再高一点，再多一点，再好一点，这是一道深不见底的沟渠，学会适可而止，如同牛市它也会不堪重负坍塌，与其那时候的悔恨不如现在珍惜、满足。

期货实战心得篇二

期货投资是这学期我接触的一门很新奇的科目：作为一个学管理的学生，对于会计、投资、股票、风险、期货等一系列的经济名词自然不陌生，但是实战或是具体操作从来也没尝试过。期货实验进行了短短4周的时间，我个人觉得学会了一点儿东西，不仅仅是关于如何进行期货交易，还包括个人对生活态度的剖析。

老师给每个同学的账户里存50万，可以利用它进行买卖。老师让我们先进行农产品买卖，引文价格波动小，风险相对要低。我买的是连玉米1106、沪铜1106和大豆，但是手数都很少，误打误撞在下课平仓之前赚了1万多。最开始下单后，始终眼睛紧盯着持仓明细的界面，时不时的刷新，看着各项交易盈亏的起落，心都悬着，也有些明白了电视剧中股票投资者的心理。赚了高兴，亏了心急，大家第一次操作都很兴奋，教室里净是些“哎，涨了，涨了，赶紧平仓啊！”，“完了，跌了，我刚买的！”。周围有同学开玩笑说：“幸亏不是自己的钱，这要是心脏不好，可千万不能玩这个！”总之，第一节

课，非常的尽兴。

课后，我大概了解了一些期货交易具体时间，抽课余时间时不时进行一些交易。由于前一次买的铜和玉米成功了，我继续做这两种期货的交易。开始脑袋总是转不明白——一直是先买，看到价位合适就卖出，也许这就是初入行的通病。和很多同学一样，在期货投资中我喜欢天天到实验软件里看看，同时看见有的期货种类赔了喜欢留仓，盘算着“放长线钓大鱼”——例如沪铜1106，我买入了20手，在开始买进经历了一次小小的价格上涨后一直在跌，看着亏了13万，我想总会涨上来的，但最后跌了20xx多，还同时持有其他种类的期货，占用的保证金太多，我被平仓了。开始以为是系统出了问题，后来很多同学都出了这个问题，经过交流才明白，我的账户也由54万变成了38万。

看着那个空荡荡界面有种说不出的感觉——这也就是成也萧何败也萧何！我不仅没钓到大鱼，连鱼竿也折了。因此，我认为，现在我们毕竟对期货认识还不够深刻，做“长线”还不如做“短线”。当时的感觉就是期货市场的水太深了，今天收盘很高，明天开盘就跌到底了，瞬息万变的，谁也说不准明天的行情会是什么样的，对未来行情没有充分把握的情况下，切记不可留仓过夜，我认为短线操作利于像我们这样刚入门的人和一些中小投资者获利。

因为本着尝试的心理，我对于哪一个种类的期货都想尝试，最后买了十几个：大豆、白糖、沪铜、天胶、燃料油等等，其中有赔有赚。后来的几天我都是这样操作的，坐在电脑前就好像玩开心农场一样，一会土豆熟了，一会辣椒好了该收了，有种“姜太公钓鱼”的悠然。但后来却发现，这样做获利很少，有时候在下单的那个时点，价格突然变动，不管买卖都会亏，算上交易费用，就是白玩。于是我试着重点关注1、2个品种做单，看准机会就进，有目标的跟进，像是郑白糖和郑一棉，例如郑一棉：虽说农产品的价格波动比较小，但是，它一天的最高、最低价差有时可以达到700多，高买低卖，我

就这样来回买卖收获还是很丰厚的，最后我的收益就逐渐的增加了。期货市场上风险与收益是并存的，每个人的精力有限，真正要想做好期货，我任为品种不用做很多，重点做一、两个品种就够了，不过前提是这一两个品种要是自己熟悉的，而且只要这样做下去，我相信坚持不懈，终会获得大的收益。

刚开始玩期货，和其他同学一样，在心目中根本就没有什么“止损止赢”的概念。买了燃料油亏了，亏得很惨，但我总想着它一定能起来，想来可笑，我当时就想“美国不是打利比亚么，油价一定会涨，涨，涨！”，几乎是没有任何的思考与分析，我就下单买进了。同样在白糖赚钱时，我们又总在想“它可能还会赚我们要等它赚到顶“而结果却是稍不注意赚的钱都亏进去：我下了30手，本来上午停止交易前我赚了5万，看它的趋势认为还得涨，就没有平仓，结果不出意外——到了第二天开盘就亏了9万，我认为它会涨，又买了5手，亏了16万，我再次被平仓了。这次我到了30万以下，没了进行金属交易的底气！期货市场上一定要有“止损止赢”的概念，不可盲目的下单，当发现自己对市场行情估计有错误时，应及时平仓了结，再另行打算，切不可一意孤行，“留得青山在，不愁没柴烧”，没有了资金，还玩什么期货。同样，在一个单以获得合理利润的前提下，应及时平仓了结，以防止意外的回调。当然，“止损、止赢”也与个人的心理素质有关，就例如我，家小业小，还是谨小慎微的好！

随行就市，也就是随着行情的趋势下单，简单来讲就是期货涨的时候会一路猛涨，也就是通常所说的牛市；跌的时候会是一点的惨绝人寰——熊市，它是操盘手们在任何时候的敌人。当你认为某种期货看涨时买，才会有收益可能，否则很可能亏得片甲不留。市场本来就是彻彻底底的大牛市，我们就可以择低做多；市场是大熊市我们就可以紧跟其后，择高沽空。切不可如上面所谈的那样，轻易的去抢反弹。因为市场行情是普通人不可左右的。随行就市虽然字面上理解很简单，但是真正要将其发挥作用并不是简单的四个字。

以上是我进行期货实验几周的心得，毕竟是初学者，感悟还是比较浅薄。我想说一点由期货引起的生活感悟：每个人都没有满足的时候，渴望、嫉妒、需要困扰我们的太多，就像是上扬的期货一样，我们希望再高一点，再多一点，再好一点，这是一道深不见底的沟渠，学会适可而止，如同牛市它也会不堪重负坍塌，与其那时候的悔恨不如现在珍惜、满足。

期货实战心得篇三

1、记住成为赢利的期货交易者是一个旅程，而非目的地。世界上并不存在只赢不输的交易者。试着每天交易的更好一些，从自己的进步中得到乐趣。聚精会神学习技术分析的技艺，提高自己的交易技巧，而不是仅仅把注意力放在自己交易输赢多少上。

2、只要自己按照自己的交易计划做了应当做的交易，那么就祝贺自己，对这笔交易感到心安理得，而不要去管这笔交易到底是赚了还是赔了。

3、赚钱了不要过于沾沾自喜，赔钱了也不要过于垂头丧气。试着保持平衡，对自己的交易持职业化的观点。

4、不要指望交易中一定会这样或者那样。你所要寻求的是对事实的深思熟虑，而不是捕风捉影。

5、如果你的交易方法告诉你应该做一笔交易，而你却没有执行，错过了一笔赚钱的机会，只能做壁上观，这种痛苦要远远大于你根据自己的交易计划入市做了一笔交易但是最后赔钱所带来的痛苦。

6、自身的人生经验塑造你对交易的认识。如果你做的第一笔交易就赔了，那么你很长时间内不再涉足该市场，甚至一辈子也不碰那种商品的几率是很高的。作单赔钱和失败给人带来的心理冲击要比肉体的痛苦更大，影响时间也更长。如果

你不会被一次失败的交易所击跨，那么作单赔钱就不会对你产生如此消极和持久的影响。

7、教育经历对塑造交易者看待期货交易的方式产生重要作用。正规的商业教育能够让你在了解经济和市场的大体状况时具有优势，但是，这并不能保证你在市场中赚钱。正规大学教育中所学到绝大部分知识并不能够提供给你成为一名成功的期货交易者所需要的特定知识。要想在期货交易中成为赢家，你必须学会去感知那些大多数人所视而不见的机会，你必须挖掘那些对成功交易必不可少的知识。

8、自大和因赚钱而产生的骄傲会让人破产。赚钱会让人情绪激昂，从而造成自己对现实的观点被扭曲。赚的越多，自我感觉就越好，也就容易受到自大情绪的控制。赚钱带来的快感是赌徒所需求的。赌徒愿意一次次的赔钱，只为了一次赚钱的快感。

9、永远牢记，无论赢输，一人承担。不要去责怪市场或者经纪人。赔钱为你提供一个机会，让你能够注意到交易中究竟出现了什么问题。不要针对个人进行攻击。

10、成功的交易者对风险进行量化和分析，真正的理解并接受风险。从情绪上和心理上接受风险决定你在每次交易中的心态。个体的风险容忍度和交易时间的偏好，也使得每个交易者各有不同之处。选择一个能够反映你的交易偏好和风险容忍度的交易方法。

11、期货市场不是现货市场。相反，期货市场是所有交易参与者的心理定势的汇集。多空每日搏杀反映的是多空每天在想些什么。一定要注意看每天的收盘价和当日高点和低点的关系，因为这反映出市场近期的强弱。12、永远不要仅仅因为价格低就做多或者价格高就做空。永远不要去给赔钱的单子加码。永远不要对市场失去耐心。在做任何一次交易前都要有合适的理由。记住，市场永远是对的。

13、交易者需要去聆听市场。要想有效的听市场，交易者就需要对自己的交易方法加以注意，同样，也要象关注图表和市场一样关注自身。交易者所面临的挑战是：去了解自我究竟是什么人，然后坚定的有意识的去培养那些有利于自己交易成功的品质。

14、作为期货交易者，离希望、贪婪和恐惧越远，交易成功的机会越大。为什么会有成千上百的人分析起技术图表来头头是道，但是真正优秀的期货交易者却凤毛麟角？原因在于他们需要花费更多时间在自己的心理学上，而不是分析方法上。

15、工欲善其事，必先利其器。林肯也说过，“我如果要花八小时砍倒一棵树，那么我就会花六小时把自己的斧子磨的锋利。”在期货交易上，这一格言可以理解为：研究和学习十分重要。为了交易所做的准备所花费的时间要超过下单和看盘所花的时间。

16、绝大多数交易者都不如市场有耐性。有句古老的格言这么说，市场会尽一切可能把大部分交易者气疯。只要有人逆势而为，市场的趋势就会一直持续。

期货实战心得篇四

本次实训中，我们在老师的指导下下载了专用的期货软件。刚开始我们对期货只是懂书上的一些理论知识，缺乏实践，面对真正的要模拟时我们都很无措，不懂得如何分析。在老师的指导下，我们懂得了该如何买入卖出。起初都没半点经验买入或是卖出都是一直亏损。后来慢慢懂得该如何分析均线□k线图。看着期货市场上的商品时涨时跌，我们的心也跟着起伏不定。看到自己的判断正确心里也沾沾自喜。看着判断错误又会责怪自己没能正确分析，感叹风险大种种因素。通过本周的期货投资实训商品期货模拟，我从中懂得了商品期货交易是指只需支付定金，通过商品交易所买进或卖出期

货合约，这种期货合约已是商品交易所规定的标准化契约，通常期货交易并不涉及实物所有权的转移。只是转嫁与这种所有权有关的由于商品价格变动带来的风险。买卖双方期货交易所内通过公开竞价方式，买卖标准数量的商品合约的交易。商品期货的种类包括金属期货、农产品期货、能源期货等。

其次，商品期货模拟实训交易我深切地体会到了商品期货存在的风险。期货的风险是多样的，所谓风险，是指遭受损失或损害的可能性。就期货投资而言，风险就是投资者的收益和本金遭受损失的可能性。从风险的定义来看，期货投资风险主要有两种：一种是投资者的收益和本金的可能性损失；另一种是投资者的收益和本金的购买力的可能性损失。从风险与收益的关系来看，证券投资风险可分为市场风险和非市场风险两种。市场风险是指与整个市场波动相联系的风险，它是由影响所有同类证券价格的因素所导致的证券收益的变化。经济、政治、利率、通货膨胀等都是导致市场风险的原因。市场风险包括购买力风险、市场价格风险和货币市场等。非市场风险是指与整个市场波动无关的风险，它是某一企业或某一个行业特有的那部分风险。例如，管理能力、劳工问题、消费者偏好变化等对于证券收益的影响。由于市场风险与整个市场的波动相联系，因此，无论投资者如何分散投资资金都无法消除和避免这一部分风险；非市场风险与整个市场的波动无关，投资者可以通过投资分散化来消除这部分风险。不仅如此，市场风险与投资收益呈正相关关系。投资者承担较高的市场风险可以获得与之相适应的较高的非市场风险并不能得到的收益补偿。

虽然期货投资有一定的风险，但通过专业性的分析大多数是可避免的。例如，较好的掌握如何分析k线图。如果我们将每天的k线都画在一张图上，则称之为日k线图，同样也可以画出周k线图和月k线图。在电脑软件的帮助下，在计算机中我们还可以看到5分钟、15分钟、30分钟和60分钟的k线图。通

通过对k线图的实体是阴线还是阳线，上、下影线的长短等的分析，常可以用来判断多空双方力量的对比和后市的走向。

一般来说，阳线说明买方的力量强过卖方，经过一天多空双方力量的较量，以多方的胜利而告终。阳线越长，说明多方力量胜过空方越多，后市继续走强的可能性就越大。相反，若是收成阴线表示卖方力量强过买方力量，阴线越长，说明空方力量胜过多方越多，后市走弱的可能性就越大。课本是基础，学好课本才能打好基础。否则对一些专业术语，我们并不会明白。但课本知识毕竟是有限的，最终还得实训，运用到实际当中。本次实训，只进行了商品期货的买卖，对其他的交易还不是很了解。而且，在实训中也发现了自己知识的不足，必须进一步了解更多的知识才能做好期货行业。通过本次实训，对证券业有了更深层次的了解。买卖期货并非一件简单的事，很多复杂的东西参与其中。进行期货交易，态度和基本知识是最重要的，态度决定一切，应该以端正的态度去做每一件事，才可能得到收获，我们只有正确认识期货软件的基本知识才能进行期货投资，还应掌握好技术分析和了解基本面分析。

通过学习，我们对期货市场有了一定的把握，了解了期货分析的基本方法，如何进行技术和基本面的分析。系统的学习了如何把握投资理论和实践操作的结合，提升了自己在期货方面的投资理财观念和能力，尤其是懂得如何去操作期货等。其次，通过自己的操作，深刻的感受到了期货市场风险性。在感受风险的同时，让我们懂得了投资于期货市场要懂得规避风险、注意安全。再次，让我们明白了投资于期货市场要具备良好的心态，不能急于求成。扎实学好相关知识，提高自信心。短暂的实训已经告于段落，但从中学习到的期货投资方法、理财观念，证券分析方法，期货操作要点，我们将受用一生。

最后，在实训过程中我们还分享了企业人士的成功经验和证券领域包括保险、期货、证券业的发展和如何正确定位自己

如何择业有了较好的了解。从中我们也了解到了我们的不足和优势，在不足处进行改正。

把理论和实践相结合，在本次的实训中为我们为以后要从事期货行业有了进一步的提升，对于即将毕业的我们在实践上多了一些经验和对于所学只是有了更好的应用，为我们迈向社会做了更好的基石。

期货实战心得篇五

关注源于人大政协两会议题紧扣人大政协两会。无论是总结过去一年还是布局新的一年，无论是回忆十一 五还是谋划十二五，在人大政协两会议题中，民生二字的分量越来越重。期待物价不再涨，期待上学不再难，期待分配更公道民有所呼，会有所应。如何破解民生艰难，人们期待从人大政协两会找到答案。

关注源于政府对民意的尊重。从邀请基层群众走进机关为政府工作报告提意见建议，到十二五规划建议全文向社会公布；从人大立法充分汲取社情民意，到政府决策广泛征求社会意见，对民意的尊重已经体现在政治生活的方方面面。而正是出于对民意的尊重，才使得人民大会堂里的每一项表决，都凝结着亿万群众的热情和智慧。

关注源于人大政协两会日益透明开放。现场直播 团组开放 在线访谈透明开放的人大政协两会让群众同步把握会议动态，将人大政协两会会场从人民大会堂延伸到全国的每一个角落。会内代表委员认真履职，会外人民群众积极建言，会场内外形成良性互动。人大政协两会大门向公众敞开，激发着公民有序政治参与的热情，推动着中国民主政治的发展进步。

关注源于人民对党和政府的信任。办成一系列大事，办好一系列喜事，办妥一系列难事，在灾难中挺立起不屈的中国，在危机中挺立起强盛的中国，在辉煌中挺立起清醒

的中国，党和政府的出色表现不仅赢得世界的赞叹，更赢得了人民的信任。这是已汇总信任。不仅促进着人们对人大政协两会的持续关注，更汇聚成万众一心众志成城推进社会主义现代化建设的强盛动力。

总的来说，我们有这样一份信心。既体此刻对党驾驭经济社会发展大局和解决复杂题目的能力布满信心，更体此刻对中国特色社会主义发展道路光明远景布满信心。我们有理由相信，这份热度，必将催生春暖花开的中国；这份协力，必将创新撼动世界的奇迹。关注源于对美好未来的信心。当前，尽管国际形势复杂多变，国内发展中不平衡不协调不可持续题目依然突出，但是，从加快经济发展方式转变的行动中，从着力解决民生题目的努力中，人们依然对未来布满信心。

全国人大政协两会心得体会怎么写【二】