



炒股精简易学实用系列



# 做精一只股

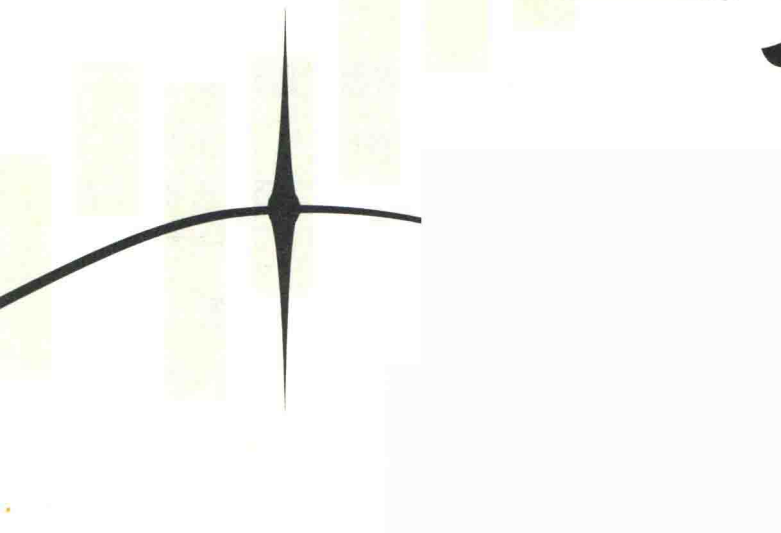
[彩图版]

李志尚◎著

做精一只，胜千只！  
百艺通不如一艺精！

SPM

南方出版传媒  
广东经济出版社



# 做精一只股

[彩图版]

李志尚◎著

**SPM**

南方出版传媒  
广东经济出版社  
·广州·

## 图书在版编目 (CIP) 数据

做精一只股 (彩图版) / 李志尚著. —广州: 广东经济出版社,  
2017. 7

(炒股精简易学实用系列)

ISBN 978 - 7 - 5454 - 5442 - 0

I. ①做… II. ①李… III. ①股票交易 - 基本知识 IV. ①F830. 9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 112680 号

出版人: 姚丹林

责任编辑: 罗振文 赖芳琨 周伊凌

责任技编: 许伟斌

装帧设计: 介桑

ZUOJING YI ZHI GU (CAITU BAN)

出版 发行	广东经济出版社 (广州市环市东路水荫路 11 号 11~12 楼)
经销	全国新华书店
印刷	佛山市浩文彩色印刷有限公司 (南海狮山科技工业园 A 区兴旺路)
开本	787 毫米 × 1092 毫米 1/16
印张	19
字数	317 000 字
版次	2017 年 7 月第 1 版
印次	2017 年 7 月第 1 次
印数	1 ~ 5 000
书号	ISBN 978 - 7 - 5454 - 5442 - 0
定价	80.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

发行部地址: 广州市环市东路水荫路 11 号 11 楼

电话: (020) 38306055 37601950 邮政编码: 510075

邮购地址: 广州市环市东路水荫路 11 号 11 楼

电话: (020) 37601980 营销网址: <http://www.gebook.com>

广东经济出版社新浪官方微博: <http://e.weibo.com/gebook>

广东经济出版社常年法律顾问: 何剑桥律师

· 版权所有 翻印必究 ·



## 一、选时重于选股

大势环境不好，再好的股票也会被拖下水；当好股票的价格被高估时，也不是买进的时机；既是大势很好、价格低估时，也要选择逢低买进的时机，否则易遇主力洗盘而短套。俗话说：“给我一个支点，我可以撬动整个地球。”当股票市场有了，支杆也有了，那么仅需要找到一个恰当的支点，这个“支点”就相当是“时机”。很多人当错过牛市或牛股后，均会道上一句：“如果再给我一次机会，我一定不会再错过‘时机’。”这就是为什么选时比什么都重要，当然机会永远只会给懂得的人和有准备的人。

## 二、选股重于操作技巧

选股不当，再好的操作技术也会在收益上大打折扣；好股票空间大，起到顺水推舟的作用；投资靠的是慧眼识真金，操作技巧只是执行中的过程，若不是真金，再好的技术也不能做出真金来。

## 三、选时又选股

如果，选时又选股再加上相应的操作技巧，岂不是更加完美，这也是最符合A股市场的投资逻辑学。其实，笔者在这本《做精一只股（彩图版）》的构架方面，自2012年起草构思很长时间，至2016年底完稿，中间也耽误了3年时间，虽姗姗来迟但慢工细活出精品，所以笔者在本书中的内容顺序安排是：

先教大家如何把握大势，如何解读政策和经济，如何遵循大势规律，做到该出手时才出手，可起到事半功倍的作用。A股一向是熊长牛短，再作为T+1单向做多市场来讲，一年当中仅有三分之一的时间在上涨可出手入场，还有三分之二的时间在



下跌或盘整，这三分之二的的时间应该用在休息和学习上面，但很多人却是长年在市场中摸爬滚打。

再教大家如何选有价值的行业、选龙头公司的个股、选牛人持股的股东；因为外观再美只是表面，或仅是暂时，而内在的美方得长久，所以好股票一定是来自基本面的优质。其实，有同学常问：“如何去做精一只股？”笔者认为，懂得把握时机、懂得如何选出值得精做的个股，自然就知道怎么去做精一只股了。

最后教大家如何从技术面上去发现牛股的K线特征和进场点，从技术上如何去滚动做T、如何买卖和增减仓的一些实盘操作技巧。

凡事都会有因有果，中间便是系统的造化布局。因为格局等于结局，关键在于中间怎么布局。所以，笔者自2005年进入股市，2011年第一本书出版前，到如今一直在注重投资者的教育培训工作，一向是在站在投资者的心理角度去思考，针对性地写和做出系统化的教材。笔者相信，我所写作的书籍和其他相关的视频教材，足以让大家产生阅读10遍以上的欲望。



## 做精一只股的理念

### 一、理念先行

“投资理念”能体现投资者投资个性特征，并促使投资者正常开展分析、评判、决策，同时指导投资者行为。它由投资者的心理、理论、哲学以及技术层面所构成。

投资有道，理念先行。虽然投资理念多种多例，但必须选择自己认可并适合自己的理念去严格执行并“做精”，才是属于自己的成功理念，甚至成为自己独特的赚钱绝招。

在股市中，学习大于智慧，智慧大于经验，经验大于技巧，技巧需要精练，只要“做精”就是一种财富。在学习中实践，在实践中学习，不断扎实基本功，不断提升操作水平，因为钱不入急门。

任何投资都有讲究“天时地利人和”，时逢良机重在把握和提前准备。不同时代、不同环境、不同行情产生不同的牛股，所以必须是先选时再选股。踏上一个时代，做对一只股，可作为你人生中的一次财富传奇。

人的一生不需要太多的优势，只需一技之长；人的一生不需要十八般武艺，只需精通一招；人的一生不需要做太多事情，只需做对一件；人的一生不需要太多的选择，只需选对一个。

股市中不需要听太多的消息，认准一个趋势就行；股市中不需要看太多技术图，看懂一张就行；股市中不需要做太多种手法，做熟一种就行；股市中不需要操作太多股票，做精一只就行。

如何把复杂的东西简单实用化、精准化、高效化、大众化，这是笔者多年来一直所往追求，这也是每一个真正的投资高手所追求的一种境界，所谓精益求精谁又



不想呢？能够在茫茫股海中磨砺出一条直径又有几多人呢？能够在变化莫测的市场里遵守自己的原则又有多少人呢？能够在惨不忍睹的资本市场里保住硕果的人寥寥无几，会学、会看、会用、会悟，你又能做到吗？“精”是一种深化，“练”是一种刻苦，二者合一方为人上人。你不必成为投资高手，但不得不模仿；你不必成为职业操盘手，但不得没有自己的操作手法；你不必成为投资大师，但不得没有独到的眼光。最终你必须要有有一套属于自己的方法走出一条财富之路。

## 二、不为券商打工

散户常犯的一个错误，就是“为券商打工”。简单梳理为：频繁操作、追涨杀跌、闻风而动等，这些投资者常年为券商打工，一年下来手续费都已超过自己的盈利，更谈不上你的时间和精力费用了。

曾经，有媒体报道湖南娄底一小股民初涉股海，一年时间24万元的积蓄和借款缩水不足7000元，其月工资仅有百余元。账单显示，这位“菜鸟”在短短一年时间里，交易次数高达500次、支付超过3万元的手续费和超过3万元的印花税，还有他的两个同伴遭遇也和他一样，为国家、为券商打工了。所以，网不要撒太开，集中精力做精一张图、做精一只股、做精一种手法，才能改变散户的命运，这也是笔者李志尚著作这三本书的真正寓意。

## 三、上涨趋势捂股 下跌趋势捂钱

用对一个思维，做对一个方向，否则一棋失手全局皆输。逻辑思维也属于学术分析派，看懂市场经济局势，展望未来前景，谁能主导？谁有价值？谁能持续？你的选择就在这一念之差。

选准对象托付终身，投资股票就等于投资上市公司。上市公司背景、管理人、资金流、产品市场地位和占有率以及前景等必须要懂，否则不要轻易参与，因为大牛股必然出自基本面的优质，不然一些大机构为什么要去上市公司实地考研。若想你的资产增值，就必须要有翻番的长期计划，并且不断地翻倍，持续的成长性。

上涨趋势捂股，下跌趋势捂钱。当发现中意的股票，等待低廉的价格买进，不到看好的价格不出手，即使市场有变化，也会事先有预示。按照趋势化来控制手中的筹码，又担心什么呢。当然，笔者建议是在大势行情向上的背景下去执行，因为股市趋势向上一切都是大吉，一旦向下一切都是浮云。在大趋势向上时：无论是从鱼头捂到鱼尾，还是去掉鱼头鱼尾捂鱼身，都会有丰厚的收益。本书中笔者也会讲到哪些板块在任何一轮牛市中都会跑赢大盘。



听似简单做似难，其实立好原则并不难，前提是要有这方面的意识。世上有很多哲理，很多哲学故事，很多大道理，但为什么做到的人却是少数呢？因为成功的人永远只有3%，97%的人没有自己的原则，不愿意去做到而已，往往很多简单有效的事情重复去做更有效。比如玩一个游戏一样，如果你不用心去玩，永远也没办法过关，始终都在原地踏步，这也是世上最痛苦的人。股市也是一场资金游戏，既然选择进来了，就要用心玩。说不定奇迹就在你身边，再说奇迹永远属于执着的人，机会也是属于有准备的人。在销售行业里有一句话这样道来：“业绩好就是很认真，业绩不好就是不够认真”，没有别的理由和借口。

## 四、主力思维

有熊市就会有牛市，物极必反的大自然规律。没有只跌不涨的股市，也没有只衰退不复苏的经济。众所周知：经济下滑、股市低迷对国家、对企业、对投资者、甚至对每一个人都有负面的影响。因此，国家不得不重视宏观控制的治理。

信心重于泰山，相信国家、相信股市、相信自己、相信笔者，思维和行动将有别样转变。新手怕急跌（不知所措），老手怕盘跌（捉摸不定），高手怕不跌（机会是跌出来的、风险是涨出来的）。

每一次筑底和磨顶的走势都是最复杂的，让市场投资者进退两难。特别是在底部很多人这样认为：“跌下来后希望能涨上去，当涨上去没及时买进又希望能跌下来，当又急跌下来又怕还会跌仍不敢买进，几个来回一不小心又追在高点。”总之，主力在“建仓”时是不会给散户太多机会的，并且还会不断震仓逼散户交出筹码；主力在“出货”时会给散户N个机会，并且会制造出多个假象诱散户去接盘。因此，在主力建仓区域内不要轻易交出筹码，一定要捂住手中的优质股。在一轮牛市中，往往回头一看前期买过的个股，早在3楼就下电梯了，现都到10楼以上了。据笔者经验来看，在牛市中没跑赢大盘甚至赔钱的人，必然是频繁换股，或没买对优质个股。

成功吸引成功，民工吸引民工。如果你同周边散户人群一样的思维，那你永远只会站在散户群体中，不管你怎么折腾都注定会失败。不妨在适当时换个角度思考一下，想想现在主力在忙什么？会怎么去完成自己的操作？你敢想吗？你相信主力吗？敢想敢相信就会有突破。

不同主力将有不同的选股思路和定式：大型金融机构会选择稳定性强的权重股；中小积极型机构会选择绩优高成长性股；游资只会选择消息题材上的炒作。很多散户为了刺激并暴赚的思维，就喜欢去跟随游资股，但你要明白一个道理：游资





急拉股价吸人眼球，目的就是招人跟风，当跟风盘达到一定程度时就趁机出逃。当然，高风险就有高利润，这就看你有没有这能力去赚到。

## 五、一言蔽之

一年操作两三个个股，与两三天操作一个个股相比，收益会有很大的区别。古人曰：兵不在多而在于精，将不在猛而在于谋。在股市也有同样的理会，频繁操作一揽子股票不一定能赚钱，有胆量无技巧最终告亏。没有不好的股票，只有不好的行情；没有不涨的股票，只有没踏准行情的节奏。

一定要知道，真正成熟的、真正能为自己致富的投资者必然有自己的绝招系统，在把握大趋势的前提下并能踏准节奏，且在某一两只股票上面赚取大钱。笔者多次在现场培训班上一贯讲到：赚快钱要向猎人学习“快准狠”；赚大钱要向土匪学习“干一票吃几年”；赚慢钱要向业务员学习“平时小单养家、培养大单致富”。

一轮牛市当中，很多个股先以“投票器”似的投机上涨，但最终还会归为“称重器”似的价值成长。虽然A股市场投机偏重，这是因为价值投资的公司太少，但要明白真正具备价值投资的股票是不会出现严重炒作现象。

网不要撒太开，选太多的股票操作起来更累，效益也会下降，因为没法看透、顾不周全，所以不需要做太多只股票打游击，频繁操作最终仍为国家、券商打工。看懂一只股、投准一只股、做精一只股，即成为上市公司真正的股东，又成为主力军的一员。



# 目 录

## CONTENTS

<b>上 篇</b>	<b>从基本面做精一只股</b>	
<b>第 一 章</b>	<b>看势选股：方向不对，努力白费</b>	3
	第一节 选股要看政府脸色，掌握进场离场	5
	第二节 选股要看政策变化，决定资金流向	11
	第三节 选股要看大势规律，踏准市场节奏	17
<b>第 二 章</b>	<b>行业选股：时代变迁，行业轮动</b>	35
	第一节 行业周期选股法	37
	第二节 行业龙头选股法	49
	第三节 行业热点选股法	62
<b>第 三 章</b>	<b>公司选股：选股如选美，内外要兼备</b>	67
	第一节 资产现值看每股净资产	69
	第二节 业绩好不好看每股收益	72
	第三节 评估价值高低看市盈率	75
	第四节 利润空间看毛利率	82
	第五节 盈利能力看净利率	87
	第六节 资金运转看现金流	90
	第七节 中报年报看分红	95
	第八节 健康发展看治理	100
	第九节 黑马股的特征	105
	第十节 主流品种的特征	107
	第十一节 蓝筹股的特征	111
<b>第 四 章</b>	<b>股东选股：牛股自有牛人，牛人创造牛股</b>	117
	第一节 为什么要跟牛人	119
	第二节 如何寻找牛人	121
	第三节 如何运用股东池	127
	第四节 历史中的牛人盘点	130
	第五节 如何跟上牛人节奏	134



<b>下 篇</b>	<b>从技术面做精一只股</b>	
<b>第 一 章</b>	<b>认识股性：股性如人性，性质决定未来</b>	169
	第一节 成长性特征	171
	第二节 活跃性特征	178
	第三节 潜力性特征	183
	第四节 趋势性特征	185
	第五节 规律性特征	196
<b>第 二 章</b>	<b>中长线牛股形态：选股与操作手法</b>	201
	第一节 年月周线形态	203
	第二节 日线三外有三	221
	第三节 频繁出现涨停板	229
<b>第 三 章</b>	<b>配置策略：长线短做，慢牛做 T</b>	241
	第一节 学习龟兔的精神	243
	第二节 资金与板块的配置	245
	第三节 做 T 买卖技巧	247
<b>第 四 章</b>	<b>交易技巧：操作不对，牛股浪费</b>	249
	第一节 建仓技巧	251
	第二节 增减仓技巧	262
	第三节 清仓技巧	266
<b>附 录</b>	<b>附录一 牛市操作规律与注重要点</b>	270
	<b>附录二 股市的钱去哪儿了？被谁赚了？</b>	274
	<b>附录三 做精一张图★强势股形态选股软件</b>	278
	<b>附录四 期货智能程序化交易简介</b>	280
	<b>附录五 期货交易的常识</b>	282
	<b>附录六 志尚财富简介</b>	284
	<b>附录七 【股民系统化培训课程】干货大全</b>	286
	<b>附录八 【期货系统化培训课程】干货大全</b>	289
<b>后 记</b>		292

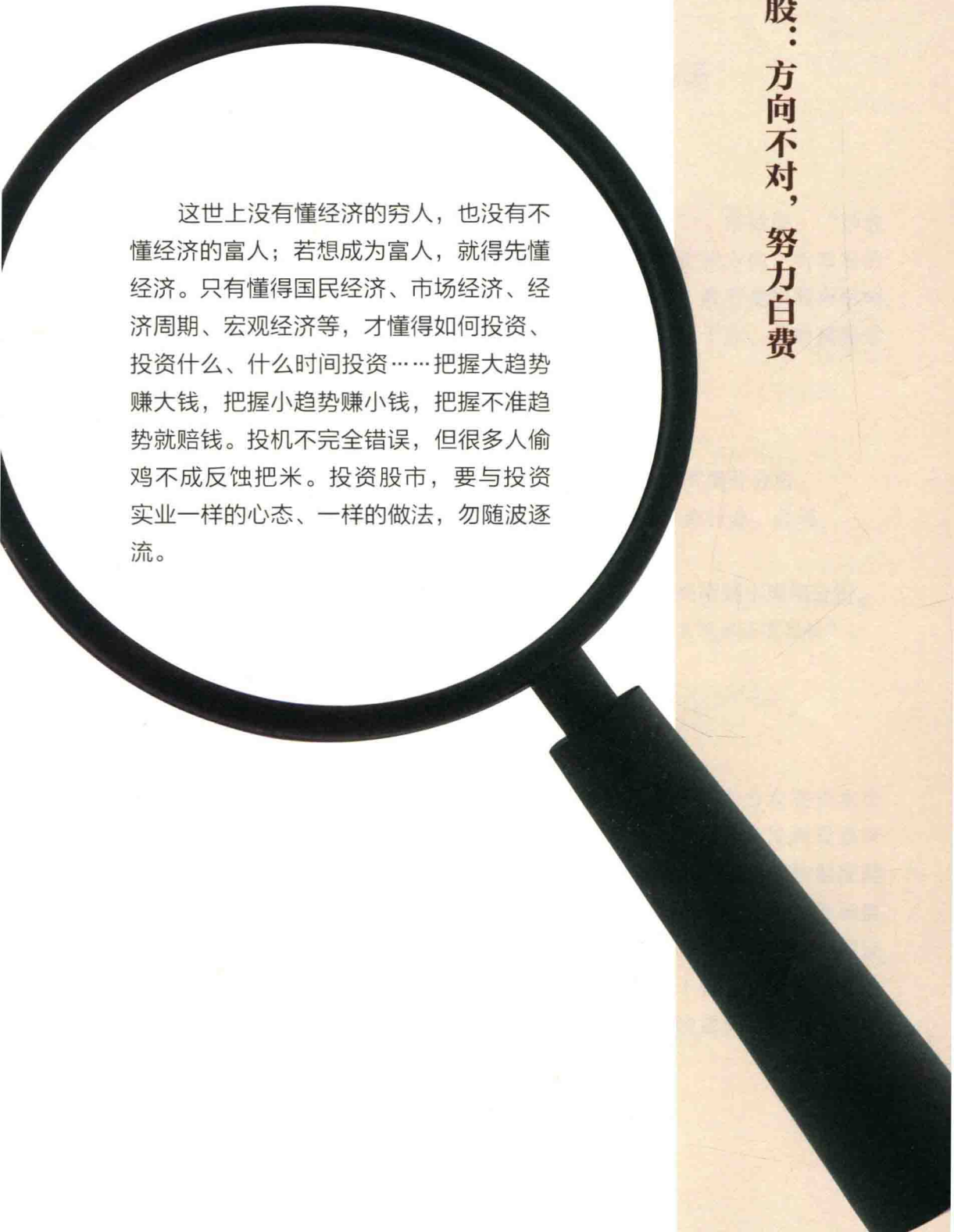
# 上篇

SHANG PIAN

从基本面 做精一只股



## 第一章 看势选股：方向不对，努力白费



这世上没有懂经济的穷人，也没有不懂经济的富人；若想成为富人，就得先懂经济。只有懂得国民经济、市场经济、经济周期、宏观经济等，才懂得如何投资、投资什么、什么时间投资……把握大趋势赚大钱，把握小趋势赚小钱，把握不准趋势就赔钱。投机不完全错误，但很多人偷鸡不成反蚀把米。投资股市，要与投资实业一样的心态、一样的做法，勿随波逐流。





## 第一节

# 选股要看政府脸色，掌握进场离场

老股民都知道：中国股市的特色即是“政府市”“政策市”。俗话说：“炒股永远跟着党走、吃喝啥都会有。”炒股要顺应政府政策才不会走错方向，听政府的话、看领导的脸色才不会吃亏。每当股市大起大落时或冷淡时，政府觉得股市影响了经济、觉得掌控失衡、觉得偏离了政府想法的时候，就会出面干涉，此时就要学会看政府的脸色和号召。

### 一、分析步骤

作为专业的证券分析师来讲，若要周全考虑，必须进行三大类展开分析。

一类：由上而下。上到宏观经济、政策趋向、政府态度，下到行业、公司。

二类：由内到外。内到公司基本面，外到市场未来前景。

三类：由大到小。包括经济周期、行业周期、K线周期由大周期到小周期分析。

注：有时也会由下而上反向分析，目的是“分析某股票是否与宏观经济有黏性”。

### 二、历年案例

#### 1. 政府正面喊话

2007年3月5日，温家宝总理在做《政府工作报告》时说：“大力发展资本市场，推进多层次资本市场体系建设，扩大直接融资规模和比重。稳步发展股票市场，加快发展债券市场，积极稳妥地发展期货市场；进一步加强市场基础性制度建设，推进股票、债券发行制度市场化改革，切实提高上市公司质量，加强市场监管。”试图让疯牛慢一拍，成为健康慢牛。同年5月下旬，针对暴涨的股市，中国证监会主席尚福林认为，当前“全民炒股”需充分提示风险，对于普通百姓来说，炒股要有“闲钱、闲时间和闲心”的三闲境界。告诫大家要有风险意识，随后就迎来惨痛的股市5·30事件。





## 2. 半夜鸡叫

2007年5月大盘进入4000点上方，随着股市快速上涨，政府感到不安。5月30日凌晨2点，一条极具杀伤力的新闻出现：证券交易印花税税率由现行的1‰调整为3‰。“半夜鸡叫”的直接后果是：当天两市共900多只个股跌停；6月1日，两市近700只个股跌停；6月4日，大盘从4000点直接跌破3700点4个整数关，沪深两市创下单日下跌点数历史纪录，800余只股票跌停；随后股市进入两个月的中期调整。

## 3. 国家大力投资

2008年11月5日，国务院常务会议部署了刺激内需的十项措施，明确到2010年底，约需投资4万亿元人民币。中国政府提出了4万亿元人民币拯救经济计划，这是一笔空前的巨款，“4万亿”是什么概念？这相当于中央政府最好年景（2007年）全年财政收入的80%。同时是美国1680亿美元经济刺激方案的3.5倍。然而即便加上金融纾困计划的7000亿美元，美国的“救市”资金也只占美国GDP的5%，而中国经济不到美国一半，4万亿元却占了GDP的16%。随后，迎来2009年的一轮小牛市行情。

## 4. 事故引发政策变动

2011年7月23日20时30分，甬温线浙江省温州市境内，由北京南站开往福州站的D301次列车与杭州站开往福州南站的D3115次列车，发生动车组列车追尾事故，造成40人死亡、172人受伤。这就是震惊中外的“7·23甬温线特别重大铁路交通事故”。25日周一股市开盘后大幅下跌，随后国家提到暂缓高铁项目投资，股市也就随声而下了一年多。

## 5. 大量积极信号

2015年3月5日，李克强总理在全国两会的政府工作报告中指出，2015年要加强多层次资本市场体系建设，实施股票发行注册制改革，发展服务中小企业的区域性股权市场，推进信贷资产证券化，让所有市场主体都能分享金融服务的雨露甘霖。政府提出加强多层次资本市场体系建设，是中国金融体系升级转型的核心环节。3月9日，证监会主席肖钢接受媒体采访时已表态，中央全面深化改革的各项举措稳定了市场预期，是股市上涨的主要动力。3月12日，央行行长周小川明确表示，不赞成资金进入股市就是不支持实体经济的看法。4月15日，肖钢与上交所理事长桂敏杰等一起赴申万宏源进行调研，并召开了闭门会。有机构人士传称，肖钢在调研结束时表示，这次牛市程度将超过上次，但希望更慢更长。