

AI 财历 操作手册

目录

第一部分 • 玩转工具	2
1. 看事件 —— 过去、今天、未来市场（预判影响）	2
2. 定策略 —— “角色分工+分批建仓+滚动操作”的规则系统。	4
3. 严执行 —— 到点了，照着做	7
4. 精复盘 —— 看看自己错在哪	8
第二部分 • 上手精通	10
1. 签到 —— 一日一签，攒下自律，稳住交易心态	10
2. 积分和等级 —— 坚持看得见	10
3. 乐学 —— 看不懂的名词，这里查	13
4. 闪念 —— 想到什么随手记	13
5. 邀请好友 —— 一位 100 分	14
6. 操作教程	16
第三部分 • 会员权益	17
1. 会员功能概述	17
2. 会员权益	17
3. 会员价值	20
第四 部分常见问题	21

第一部分 • 玩转工具

1. 看事件 —— 过去、今天、未来市场（预判影响）

一句话：打开就是日历，哪天有大事一眼看到。

在哪儿：底部「知行」（第一个标签，也是启动后的第一页）



怎么做

1. 打开软件，看日历上的**事件** 并参考影响级别，获取事件对应的课堂小知识。
2. 点开任意一天，看三样：看**事件**、定策略**你建的计划**、**当日手记**
3. 往上滑，看顶部的「本月战报」

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘



训练的核心：

发现“事件之间的关联性”当日历上积累了足够多的事件记录后，你会开始看到跨事件的规律。这些规律只有通过长期记录和训练才能浮出水面，靠脑子记不住。

提升执行的一致性

交易的长期盈利不靠“偶尔做对一次”，而靠同一套策略反复执行、大数定律生效。

日历跟踪让你每次交易都走同一套流程，避免“这次凭感觉、下次看消息、再下次听朋友推荐”的混乱模式，从而形成好的交易习惯。



市场事件——“看清牌面”

核心作用：让你知道“什么时间会有信息冲击”，避免在重大事件前盲目持仓，也避免错过事件驱动布局窗口。

手记推理——“想清因果”

记录你对某个事件或趋势的预判和推理链条，比如“美联储月降息→利好黄金→关注X标的”

策略计划——“管住手脚”

结合日历判断逻辑是否发生变化并逐日跟踪执行情况，避免“盘中临场发挥”用纪律对抗情绪，确保“知行合一”。

例子：

- 针对“事件埋伏”的操作，核心逻辑不在于“押注数据公布后的第一反应”，而在于**提前识别确定性事件，在预期形成期介入，并在共识高潮期退出**。这需要一套从筛选到执行且不断优化的闭环流程（注：不是所有事件都值得提前下注。只有具备**明确时间点**和**高确定性**的事件，才具备埋伏价值，因为“预期越清晰，资金越敢提前进场”）。
- 政策与宏观节点**（注：美联储利率决议、非农数据、CPI 公布、重要政治会议等）、**产业与公司里程碑**：如重磅产品发布（电影定档、AI 大模型发布等）
- 策略及计划均在日历在目，日历上标的买卖点，是在**冷静期提前写好的**（注：计划你的交易、交易你的计划），**强制自己依据策略交易，实现“买在无人问津，卖在人声鼎沸”**。

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘



本月战报：这个月做了几笔、执行率多少、平均偏差多少

记住这一点：执行率不是收益率。

它衡量的是「说到做到」的比例。

执行率与盈亏无关（基本功合格的基础上，做情绪管理），核心强调的是决策必须在没有情绪压力的状态下完成、执行阶段要关闭大脑的“重新决策”功能，杜绝临场发挥。

一句话总结：——你不可能靠盘中聪明战胜市场，但你可以靠盘前纪律战胜自己

2. 定策略 —— （用组合作为载体，来执行一套包含“角色分工+分批建仓+滚动操作”的规则系统。）

一句话：“好的策略胜过好的标的”，核心思路，可以通过 N 个标的赋予不同的“功能角色”完成风险的对冲与稳健的收益。

在本软件中“策略” = N 个计划的组合，盘前”做好策略及其交易计划（注：买入卖出提前思考并设置好）”，盘中“到点照做”即可。

重点：没有退出计划的买入，本质上是赌博，不是投资。

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘

在哪儿：底部「策略」 → 右上角「+ 新建计划」



怎么制定策略要填什么？

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘

<

制定交易计划

复制最近的计划

工商银行 北方华创 北方华创 中金公司

标的名称 *

简写或字母替代均可，核心自动懂即可。

录入你的标的，并加入代码（如：新能源ETF 516160）

投资逻辑

谋定有据，方能行稳致远！

重要：完成“买入”计划，同时建立“卖出”计划

核心：没有退出计划的买入，本质上是赌博，不是投资。

买入 卖出

计划价格 *

例如：1.250

止损价 选填

止盈价 选填

填了止损止盈，才叫计划；只填买入价，那叫冲动。

仓位比例 *

10

5% 10% 20% 30% 50% 100%

计划日期 *

2026-09-14

基本面：“值不值得买”，近期事件决定“现在是不是好时机买”

32 接下来一个月要留意日子 30 个

09/14 今天 上合组织数字经济论坛将于9月14-16日在乌鲁木齐举行，形成 跨境数字贸易合作清 中

填什么	举个例子	为什么要填
标的	中证 XXXETF	你打算买卖什么
方向	买入	买还是卖
计划价	6.20	你打算在什么价位动手
止损价	5.90	跌到哪儿必须走
止盈价	6.80	涨到哪儿就落袋
仓位	3 成	打算用几成资金
触发条件（选填）	回踩 20 日线不破	什么情况下才执行
投资逻辑（选填）	估值到了历史 30% 分位	你为什么想买它

新建计划。六项必填，一分钟填完

记住这一点：定策略 → 选标的 → 写买卖点 → 上日历 → 机械执行

针对策略的复盘，核心不是“看赚了还是亏了”，而是检验策略是否继续有效、执行是否走样。

每日复盘 4 点：

- 1. 逻辑层复盘：赚钱的原因还在吗？
- 2. 执行层复盘：计划与动作是否一致？
- 3. 参数层复盘：买卖点和仓位需要调吗？
- 4. 事件层复盘：预期差在哪？

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘

3. 严执行 —— 到点了，照着做

一句话：到日子了，点「去执行」，填实际成交价。

在哪儿：首页的提醒卡，或底部「策略」→ 计划卡上的「去执行」



首页提醒卡进入



底部「策略」进入

怎么做去执行

1. 计划到期当天，首页和「策略」里都会顶上来提醒
2. 点「去执行」
3. 填**实际成交价**和**实际仓位** —— 填真实的，不是把计划里那个数抄一遍
4. 保存，卡片变绿，标记成「合一」

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘



策略本。每张卡上都有「去执行 / 放弃 / 分享」

App 自动帮你算两件事

算什么	怎么算	举个例子
偏差	实际价 vs 计划价	计划 6.20 买， 实际 6.55 追进去 → 偏差 5.6%，超 过 5%，记一笔「手 抖」
仓位达 标	实际仓位 vs 计划仓位	计划 3 成只买 了 1 成 → 记「半 途」； 买了 5 成 → 记 「超配」

没做怎么办？

点「放弃」。

记住这一点：放弃不丢人，装死才丢人。

主动点「放弃」，它会记进错题本供你复盘，但**不会拉低执行率**。真正拉低执行率的是**到了什么都没干**——那笔计划一直挂着，既没执行也没放弃，那才算「说到没做到」。

4. 精复盘 —— 看看自己错在哪

一句话：没按计划做的，都在错题本里等你。

在哪儿：底部「错题」

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘



错题只收四类

类型	什么意思	背后通常是
放弃	写了计划，最后没做	条件定太严，或者盘中改主意了
半途	做了，但仓位没给够	下单时心里没底，想「先试试」
超配	做了，但仓位给多了	临时加码 —— 最危险的一类
手抖	价格追高/杀低超过 5%	盯盘盯出来的

错题本。顶部的「偏差报告」把这个月的错按类型分好了

记住这一点：看偏差报告时，别看总数，看哪一类特别多。
四类各占四分之一，说明你只是运气不好；某一类占了一半，那就是你的性格问题 —— 那才是你该改的地方。

第二部分 · 上手精通

1. 签到 —— 一日一签，攒下自律，稳住交易心态

一句话：每天打开签一次，连续天数会累积。

在哪儿：首页右上角「去签到」，或每天第一次打开时自动弹出

签到 +3 分。



签到额外奖励

连续签到	额外奖励
7 天	+10 分
30 天	+40 分
60 天	+120 分
100 天	+240 分

签到记录。日历上标出来的是已签的日子

断了怎么办？ 用补卡券补回来，补上那天连续天数就接上了。

记住这一点：补卡不给积分。

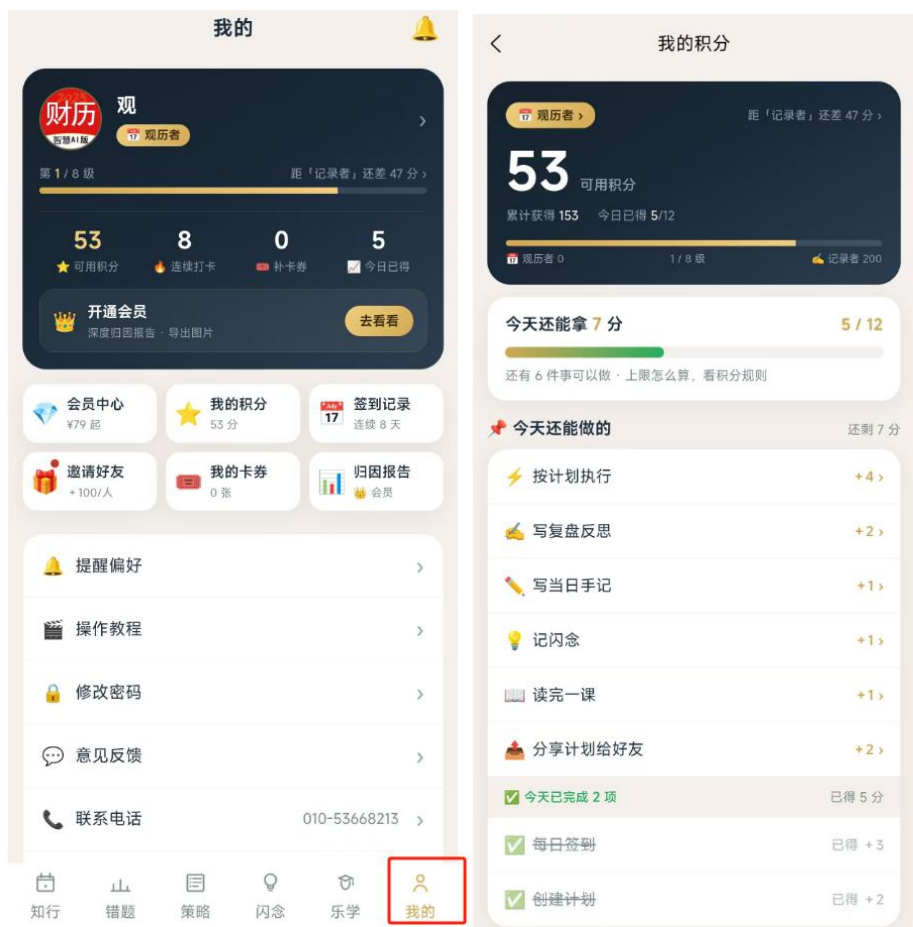
积分是「当天真的做了事」的回报，不是买来的。补卡券只保你的连续天数，不保你的分——这个设计是故意的。

2. 积分和等级 —— 坚持看得见

一句话：做事得分，分数攒成等级，等级只涨不跌。

在哪儿：「我的」→ 顶部等级条，或点进「我的积分」

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘



我的积分。今天还能拿多少、哪几项还没做，都列着

每天最多拿 12 分。

下面这张表的「每天上限」说的是分数，不是次数 —— 比如「按计划执行」每次 +4、每天这一项最多 4 分，一天只算第一笔。

积分规则

动作	每次	每天最多	次数
按计划执行	+4	4 分	1 次
每日签到	+3	3 分	1 次
写复盘反思	+2	2 分	1 次
分享计划给好友	+2	2 分	1 次
创建计划	+1	2 分	2 次
写当日手记	+1	1 分	1 次
记闪念	+1	1 分	1 次
读完一课	+1	1 分	1 次

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘

这几项加起来是 16 分，而每天封顶 12 分 —— **所以拿不满是正常的**，先做的先算。

一次性的奖励（不占每天 12 分的额度）：注册 +100、开启推送 +20、**每邀请一位好友 +100**、连续签到的里程碑。



八个等级（按累计积分，只增不减）

用户等级说明

序号	等级	需要累计	什么意思
1	观历者	0	开始看事件、看行情日历
2	记录者	200	想到什么先写下来，别只留在脑子里
3	复盘者	500	开始回头看自己的每一笔
4	预策者	900	动手之前，先把计划写下来
5	观心者	1400	看得见自己什么时候会冲动
6	持律者	2000	说好的规矩，守得住
7	笃行者	2800	不是守几天，是长期都这样
8	知行者	3900	最高级 · 专属标识

升级会给一张**荣誉卡**，可以存下来发出去。积分还能换**补卡券**和**会员时长**。

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘

记住这一点：注意看上面那张表的分值排序。
执行 4 分，签到 3 分，创建计划只有 1 分。给分高低就是产品的态度 —— 写计划谁都会写，做到才难。

3. 乐学 —— 看不懂的名词，这里查

一句话：不懂的概念，一分钟读完一条。

在哪儿：底部「乐学」



乐学。顶部四个分类，点一下只看那一类

记住这一点：这里的每一条都控制在一分钟以内读完。
不是让你系统学习，是让你在遇到不懂的词那一刻，当场解决它。

4. 闪念 —— 想到什么随手记

一句话：一句话就够，别等想清楚了才记。

乐学：认知补给站

分类	内容	什么时候看
宏观	CPI、GDP、PMI、LPR 这些数字是什么意思	日历上看到「LPR 报价日」但不知道是啥的时候
市场	涨跌停、集合竞价、交割 日这些规则	遇到没见过的盘面现象
常识	A 股历史上的那些事	想知道「以前也这样过吗」
段子	交易者的自嘲	亏钱那天

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘

在哪儿：底部「闪念」



闪念。时间线往下排，最新的在上面

记住这一点：盘中那句「我是不是该跑」，收盘后你就编不出来了。
闪念存在的意义就是接住这种当场的、没修饰过的念头 —— 它们才是复盘时最有价值的证据。

5. 邀请好友 —— 一位 100 分

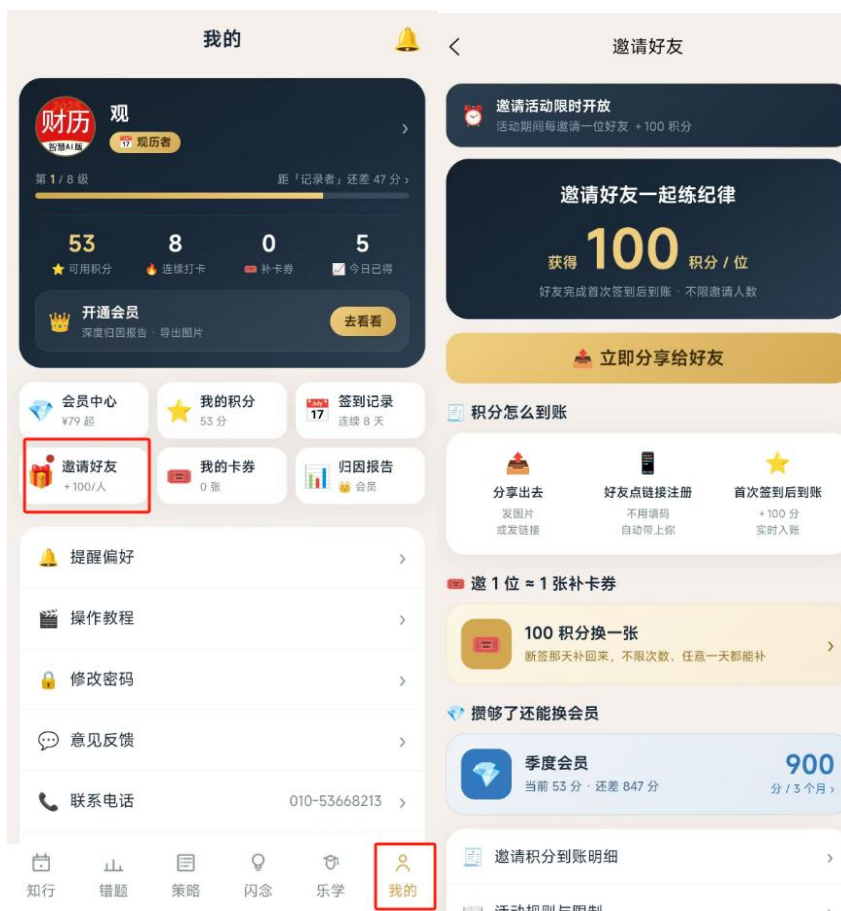
一句话：发个链接给朋友，他签到你就到账。

在哪儿：「我的」→「邀请好友」

手记 & 闪念使用指南

分类	什么时候写	写什么
当日手记	收盘后	今天整体怎么样
闪念	随时，盘中最好	刚刚那一下你在想什么

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘



邀请好友。海报上那个二维码是你专属的



1. 点「立即分享给好友」
2. 三种发法：发微信 / 朋友圈、**保存海报图片**（带你的专属二维码）、复制链接
3. 好友**完成首次签到后**，你的 100 分到账

必须点开你的链接下载才算。朋友自己去应用市场搜着装的，系统不知道是你邀请的。另外不是他注册就给分，是他**签到**才给 —— 这是为了让你邀请的是真会用的人。

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘

6. 操作教程 —— 随时回来看

一句话：这份手册在 App 里也有一份。

在哪儿：「我的」→「操作教程」；首页顶部也有一张「新人必看」的卡片



操作教程在这

特别说明：

首页那张「新人必看」的卡片，看过一次或者点右上角 × 之后就不再出现了。

想再看时，从「我的 → 操作教程」进(见左图)。

内容由我们在后台更新。更新后你不用升级 App，打开就是新的。

第三部分 • 会员权益

1. 会员功能概述

一句话：免费版帮你记录，会员帮你看懂这些记录。

在哪儿：「我的」→「会员中心」，或「错题」→ 顶部「年度归因报告」



「我的」→「会员中心」

「错题」→ 顶部「年度归因报告」

2. 会员权益

归因报告和打印日历

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘



会员中心

● 归因报告

归因报告:交易行为体检单



年度归因报告

问题	报告会怎么说
我最常犯哪一类错	不是把四类列一遍，而是「半途 13 次，占 28.9%」，并告诉你这类错背后通常是什么。四类各占四分之一时它会直说「没找到明显的短板」，不硬凑结论
哪个月我最松	「2026-05 明显走样，执行率 50%，而最好的 2026-02 是 100%」。至于为什么，你自己想得起来
星期几最容易破戒	「周三是你最松的一天，63%，而周二有 89%」。大部分人从没想过自己有星期规律，知道了，那天就会多看一眼计划
写复盘到底有没有用	把你的计划分成两堆比执行率 —— 写过复盘的 27 笔是 93%，没写的 18 笔只有 38%
说明： 报告末尾输出的三条建议并非通用模板，而是基于归因报告，为您生成的专属定制建议。	

这份手册怎么看：核心 4 步：看事件 → 定策略 → 严执行 → 精复盘

你用免费版记上半年，会攒下几十条计划、几十条错题、上百天签到。这些数据放在那儿，它们什么都不会告诉你。

你翻错题本一条条看，能看出「哦这条我仓位没给够」，但看不出「我今年一共半途了 13 次，占了所有错的 28.9%」。归因报告干的就是这件事：把你看不出来的规律算出来。

● 打印日历



日历下载图

将本月知行日历导出为高清长图保存至相册，打印后贴于桌面。

很多人低估这一条：把整月计划、执行记录与错题汇总打印在同一张纸上，放置在眼前，和仅存于手机内查看，带来的约束效果截然不同。非会员仅可预览效果图。

3. 会员价值

关于「值不值」，说三件事

1. 报告生成门槛：

报告设有数据门槛，为保障结论有效性，并非功能限制。需近一年至少存在 12 条计划才可生成报告。若计划不足 10 条，得出的分析结论（如周一容易破戒）大概率为偶然结果。我们不提供可信度低的分析，仅在数据充足时生成报告。记录未达标时，App 会显示「还差几笔」，并支持查看示例报告。

2. 会员时长规则：

会员时长可累计叠加，不会覆盖原有有效期。例：剩余 90 天有效期时续费 1 年，总有效期更新为 455 天，原有剩余时长保留。

3. 会员到期数据说明：

会员到期后，用户全部原始数据保留。到期仅锁定报告查看、高清导出功能；所有交易计划、错题记录、盘中闪念不会丢失。续费后即可重新解锁报告相关功能。

会员怎么获得

- 付费购买
- 用积分换

积分可以直接兑换会员时长。每天正常用 App 大概能拿 10~12 分，每邀请一位真会用的好友 +100 分。

该获取通道为专门设置：坚持记录交易、向有真实需求的交易者推荐本产品，获取会员并非只有付费这一种途径。

具体消耗多少积分、多少钱，以 App 内显示为准。

第四 部分常见问题

- 执行率低是不是说明我水平差？

不是。执行率衡量的是「说到做到」，不是赚不赚钱。按计划止损也算执行。

- 计划写了没做，会不会影响什么？

会记进错题本，但主动点「放弃」比放着不管好 —— 前者是一次有意识的决定，后者是逾期。

- 连续签到断了，之前的天数白费了吗？

不会。历史最长连续天数一直留着，而且可以用补卡券把断掉的那天补回来。

- 积分会过期吗？

不会。累计积分决定等级，只增不减；可用积分花掉才减少。

- 为什么我每天拿不满 12 分？

因为八项加起来有 16 分，而每天封顶 12 分。先做的先算，拿不满是正常的。

- 邀请了朋友，为什么没收到分？

奖励在好友完成首次签到之后才发放。他只是注册了还不算。另外必须是点你的链接下载的。

- 换手机了，数据还在吗？

在。数据存在服务器上，用同一个手机号登录就能看到。

- 会员到期后，我记的数据会丢吗？

不会。到期锁上的只是归因报告和高清导出，你记的每一条都还在，续上就立刻又能看。