

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

АМИИНА

ИСЛАМОВА



@amiinaislamova

🍀 20+ лет занимаюсь травами 🍀 нутрициолог / диетолог 🍀
АКАДЕМИЯ «EYSY-LIFE» @Klub_easy_life_bot 🍀 ссылка для
приглашения на канал t.me/AMIINAISLAMOVA

ПОДПИСЧИКИ

11 061

+95 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

14.0%

за сутки 4.8%

ОХВАТ/ПОСТ

1.5K

рекл. охват 532/24ч

— СОДЕРЖАНИЕ · 2026

Что внутри отчёта

01	Снимок канала 12 ключевых метрик · AI-резюме
02	Контент-анализ Топ-5 постов · худшие 3 · выводы
03	Динамика подписчиков График за год · прирост
04	Цитируемость Кто и как упоминает канал
05	Рекламный потенциал Как долго пост приносит охват
06	Конкуренты Соседи по нише · ваше место
07	Динамика упоминаний 6 месяцев · ежемесячно
08	Сравнение с нишей Позиция в категории «Здоровье и Фитнес»
09	Стратегия 5 приоритетных действий

РАЗДЕЛ 01 · СНИМОК КАНАЛА

Ключевые показатели канала

Каждая карточка — отдельный индикатор здоровья канала. Подзаголовок под цифрой говорит, за какой период она посчитана.

👤 подписчики 11 061 —	👁️ охват поста 13.23% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 1.5K медиана 1.5K · 28 дней	📅 постов/нед. 12.1 за период
📈 тренд 7д -9.6% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 25.6 всего 1 282 реакц., 253 реп., 106 комм.	📄 длина поста 356 зн. медиана 230 · 28 дней	★ постов в анализе 50 28 дней
📈 рекл. охват 532 среднее за 24ч	💖 отток / месяц +95 за последний месяц	📄 цитируемость 1 индекс цитирования · 8 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 6 месяцев создан 13.03.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «**АМИИНА ИСЛАМОВА**» — 11 061 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 1.5K человек (13% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 12 постов в неделю (~2 в день) — регулярный режим. За неделю 7–13 сентября охваты просели на -9.6% к неделе 31 августа – 6 сентября — стоит разобрать причины.

РАЗДЕЛ 02 · КОНТЕНТ-АНАЛИЗ

Что заходит лучше всего

Топ постов по вовлечению и аутсайдеры — чтобы было видно, что повторять, а что убрать из ротации.

ЧТО ОБЩЕГО У УСПЕШНЫХ ПОСТОВ

- 01 Анализ построен по 50 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (24/50 постов).
- 03 Средняя длина поста — 356 знаков (медиана 230).
- 04 Пик активности аудитории — понедельник, 14:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 3 раз больше просмотров, чем самые слабые (2.4К в среднем у топа vs 897 у худших) — среди 50 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 24.08 · 11:11 ФОТО Хотите здоровый ЖКТ? НАЧНИТЕ СЕБЕ ПОМОГАТЬ! НЕ БОЙТЕСЬ! Страх голода- это искусственная, навязанная мысль НИКТО ГОЛОДНЫЙ НЕ...	ПРОСМ. 2 703 РЕП. 6	РЕАКЦ. 35 ER 24.4%
№2 26.08 · 09:09 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 2 344 РЕП. 2	РЕАКЦ. 61 ER 21.2%
№3 24.08 · 09:45 ТЕКСТ ПРЕПАРАТЫ НА КУРС "ЗДОРОВЫЙ ЖКТ за 30 дней": Сбор лекарственных трав, касторовое масло, прополис водный, алоэ вера растение (можно...	ПРОСМ. 2 292 РЕП. 21	РЕАКЦ. 29 ER 20.7%

№4 28.08 · 17:49 ВИДЕО У нас переезд 🚗 150 кв м нам уже не хватает😎 Поэтому мы решили купить 🏠 в 334 кв.м. Альхамдулиллах Как говорит Йакуб: «У нас внутри...	ПРОСМ. 2 238 РЕП. 1	РЕАКЦ. 126 ER 20.2%
№5 29.08 · 16:28 ТЕКСТ Аллах любит людей создающих, морально сильных ❤️ восхищена вашими лекциями из курса «восстанавливаем ЖКТ», в файле антипсихология. Вы дали...	ПРОСМ. 2 151 РЕП. —	РЕАКЦ. 62 ER 19.4%

|

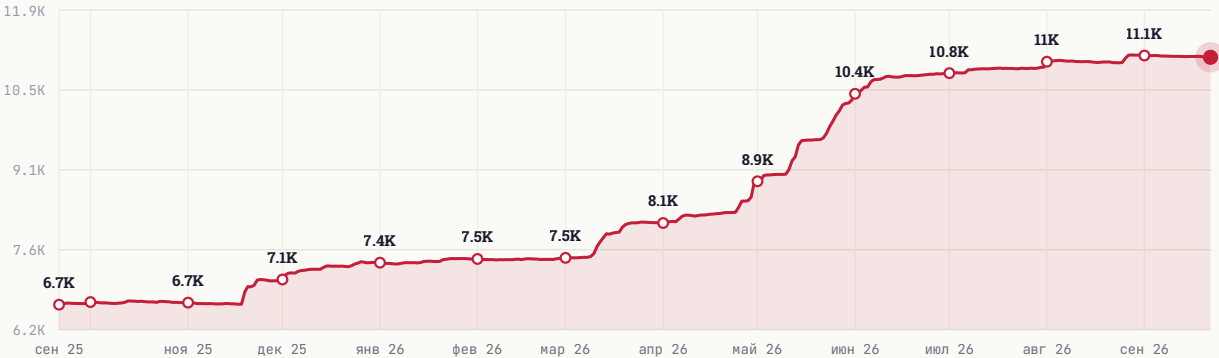
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 17.09 · 16:05 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 952 РЕП. 1	РЕАКЦ. 24 ER 8.6%
↓ 17.09 · 13:31 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 908 РЕП. 1	РЕАКЦ. 21 ER 8.2%
↓ 19.09 · 11:54 ТЕКСТ Жду вас на бесплатном вебинаре 20 сентября. 📌 20.09, 16:00 https://kurs.amiinatravnitsa.com/become_healthy	ПРОСМ. 832 РЕП. 2	РЕАКЦ. 5 ER 7.5%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



НАЧАЛО ПЕРИОДА

6 655

СЕЙЧАС

11 061

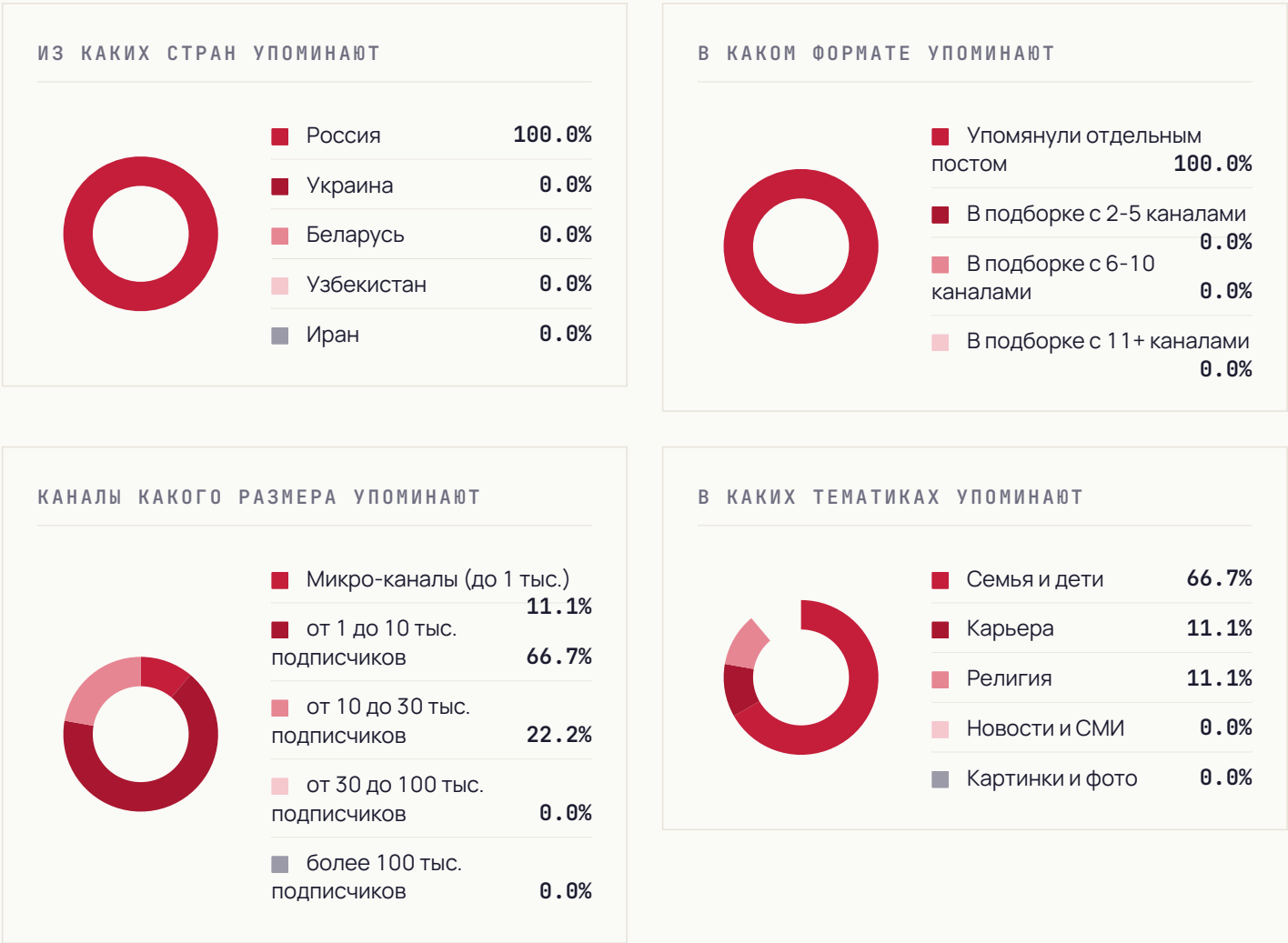
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+4 406

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

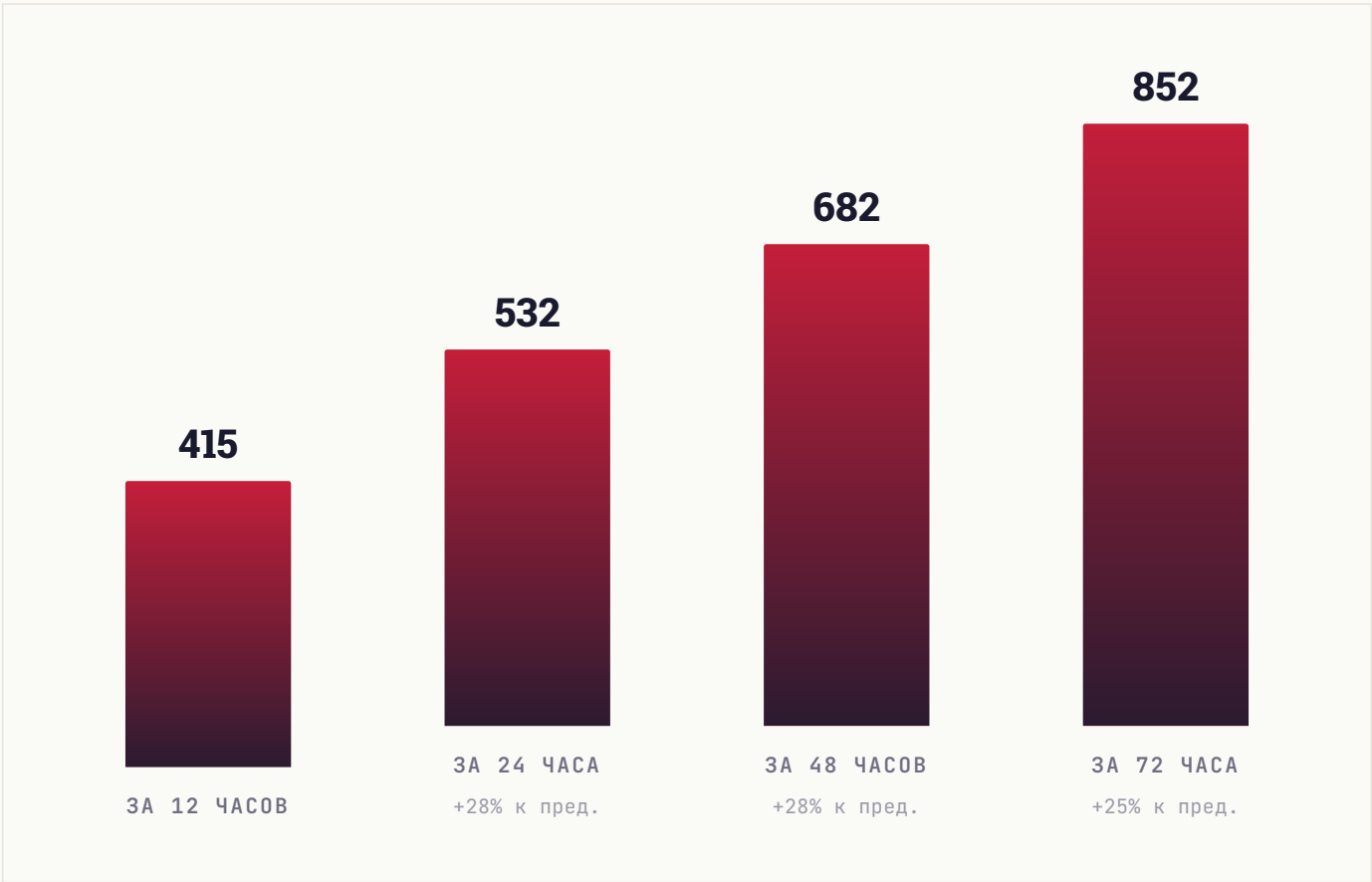
Индекс цитирования 1 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 8 разных каналов.



— РАЗДЕЛ 05 · РЕКЛАМНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Как долго пост приносит охват

Средний охват рекламного поста по времени с публикации. Помогает оценить, сколько имеет смысл «жить» размещению.



РАЗДЕЛ 06 · КОНКУРЕНТЫ

С кем вы конкурируете

11 ближайших каналов по тематике и аудитории. Подсветили ваш канал — видно, какое место он занимает среди соседей по нише.

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
и АМИИНА ИСЛАМОВА Вы	11.1K
U UL ЖЕНСКОЕ СЧАСТЬЕ	9.5K
MA Мечеть АЛТАН	9K
ЛУ Лиана Усаинова/ ВРАЧ	8.6K
ТС ТУТ ССЫЛКИ на БЕСПЛАТНЫЕ курсы , вебинары , открытые уроки, разных онлайн школ, вакансии 🙏БисмиЛлях. Для детей и сестёр	8.3K
СЗ САУЛЫК/ ЗОЖ	7.8K
УУ Уроки устазы Иман	7.1K
«- «ASMA» - Учебно-образовательный центр	6.3K
ПС Планирование с Солихой	4.1K
ЖВ Живи вместе с Аллахом	2.5K
ЗУ ЗДОРОВАЯ УММА	1.7K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — самый крупный в подборке из 11 каналов. С остальными можно идти в кросс-промо как лидер ниши: вы даёте им больше охвата, чем получаете обратно, но закрепляете статус.

— РАЗДЕЛ 07 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

Как часто канал упоминают

Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал.
За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **1**, а канал за это время прибавил **1 767** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц	
Март 2026	1	1	656	
Февраль 2026	0	0	63	
Январь 2026	0	0	119	
Декабрь 2025	0	0	375	
Ноябрь 2025	0	0	459	
Октябрь 2025	0	0	95	

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
1	6	1 767

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

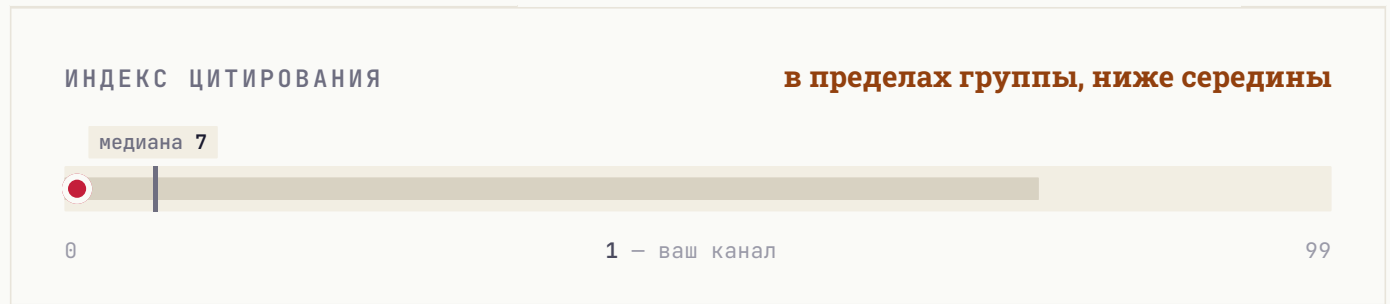
Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **110 каналов** категории «Здоровье и Фитнес» от 4 тыс. до 33 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#67 /110

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 67 из 110 каналов сопоставимого размера





По всем показателям канал пока ниже середины своей группы. Для канала на этапе роста это нормальная точка старта — быстрее всего сдвигается охват.

— РАЗДЕЛ 09 · СТРАТЕГИЯ

Что делать прямо сейчас

5 приоритетных действий, расставленных по ожидаемому эффекту. Можно отметить как чек-лист и вернуться к этому отчёту через месяц.

01

Главный пост недели — в понедельник

В этот день и в 14:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

Системная закупка трафика

Три формата для вашего медиа: **Inhouse** (премиальные каналы), **Native** (естественные интеграции), **Premium** (целевая аудитория). PromptPress подбирает источники под нишу.

ЭФФЕКТ

**объём под
задачу**

03

Тестировать опросы и интерактивные форматы

Posts с опросами/реакциями обычно дают +5-15% к ER. Один опрос в неделю на «горячую» тему — лёгкая точка роста.

ЭФФЕКТ

+5-15% ER

04

Кросс-промо с соседними каналами

Раз в квартал обмениваться постами с каналами того же сегмента. Не нужно делать каждый день — 2-3 коллабы дают релевантный прирост.

ЭФФЕКТ

**Прирост из
релевантной
аудитории**

05

Обновить описание канала под поиск Telegram

Telegram-поиск ищет по описанию. Добавьте 3-5 ключевых слов вашей ниши — это источник органического трафика.

ЭФФЕКТ

**Источник
органического
трафика**

★ ЧТО ДАЛЬШЕ

Хотите, чтобы это сделал **PromptPress**?

Этот аудит мы сделали за несколько минут на основе публичных данных. Если хочется идти дальше, запустите рекламу через нас и закройте план роста за месяц.

01	Запустить рекламу в Telegram	https://panel.promptpress.com/register
----	---	---

02	Связаться с менеджером	t.me/PromptPress_manager
----	-------------------------------	---
