

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала DreaddyDaddy



@dreaddydaddylive

Канал для тех , кто хочет уметь помогать своему телу и избавляться от болей 🙏 <https://www.instagram.com/dreaddydaddy?igsh=MTdwdTNpNHk3OXg1NQ==>

ПОДПИСЧИКИ

32 494

-273 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

27.0%

за сутки 10.3%

ОХВАТ/ПОСТ

8.4K

рекл. охват 3.4K/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 32 494 —	👁️ охват подписчиков 25.73% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 8.4К медиана 8.7К · 25 дней	📅 постов/нед. 2.2 за период
📈 тренд 7д — нет данных за период	💖 реакц./пост 123.8 всего 990 реакц., 282 реп., 0 комм.	📄 длина поста 405 зн. медиана 326 · 25 дней	★ постов в анализе 8 25 дней
📈 рекл. охват 3.4К среднее за 24ч	💖 отток / месяц -273 за последний месяц	📄 цитируемость 0 индекс цитирования · 8 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 4 месяца создан 04.03.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «DreaddyDaddy» — 32 494 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 8.4К человек (26% от подписчиков), это хороший охват. Публикует 2 постов в неделю (~0 в день) — редкие публикации.

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 8 постам за 25 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (4/8 постов).
- 03 Средняя длина поста — 405 знаков (медиана 326).
- 04 Пик активности аудитории — четверг, 14:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (10K в среднем у топа vs 6.4K у худших) — среди 8 постов за 25 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

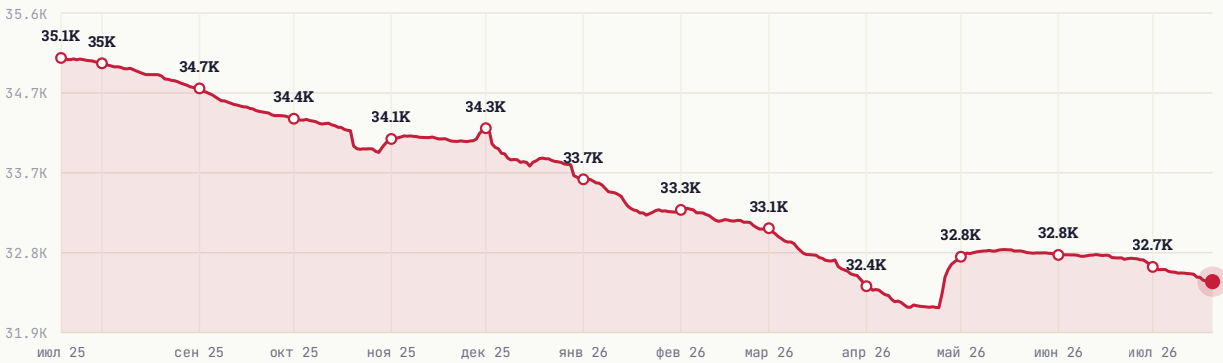
№1 02.07 · 11:08 ВИДЕО В здоровом теле — здоровый дух 💪 В этом видео показываю два простых упражнения, которые помогут снизить напряжение и улучшить подвижность...	ПРОСМ. 10 574 РЕП. 30	РЕАКЦ. 106 ER 32.5%
№2 06.07 · 10:11 ТЕКСТ 💡 Совет дня По статистике именно в понедельник многие просыпаются с ощущением недосыпа после выходных. Поэтому сегодня — маленький совет...	ПРОСМ. 9 931 РЕП. 11	РЕАКЦ. 135 ER 30.6%
№3 23.06 · 10:03 ТЕКСТ 📌 ЧЕК-ЛИСТ: сигналы перегрузки шеи, которые ты игнорируешь Часто признаки перегрузки шеи появляются задолго до боли 🖐️ ⚠️ ПРОВЕРЬ СЕБЯ ☐...	ПРОСМ. 9 577 РЕП. 31	РЕАКЦ. 66 ER 29.5%

№4 22.06 · 11:20 ВИДЕО Разрабатываем плечевой сустав при помощи фитнес-резинки 🙏	ПРОСМ.	РЕАКЦ.
	9 033	162
	РЕП.	ER
	37	27.8%
№5 01.07 · 13:40 ТЕКСТ 📌 7 признаков, что вашему организму не хватает движения ☐ К вечеру появляется тяжесть в шее или пояснице ☐ После долгого сидения сложно...	ПРОСМ.	РЕАКЦ.
	8 436	68
	РЕП.	ER
	9	26.0%
ХУДШИЕ 3		
↓ 29.06 · 09:33 ВИДЕО Беспокоят боли в коленях? 😞 Одна из частых причин дискомфорта – слабые мышцы, которые должны брать на себя основную нагрузку при подъёме...	ПРОСМ.	РЕАКЦ.
	7 980	138
	РЕП.	ER
	133	24.6%
↓ 30.06 · 07:50 ТЕКСТ 💡 Совет дня Поставьте стакан с водой чуть дальше от рабочего места Зачем? Так вы будете чаще вставать, чтобы сделать несколько шагов. А...	ПРОСМ.	РЕАКЦ.
	7 090	149
	РЕП.	ER
	16	21.8%
↓ 17.07 · 11:42 ВИДЕО Посмеемся вместе)	ПРОСМ.	РЕАКЦ.
	4 270	166
	РЕП.	ER
	15	13.1%

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

35 069

СЕЙЧАС

32 496

ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

-2 573

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

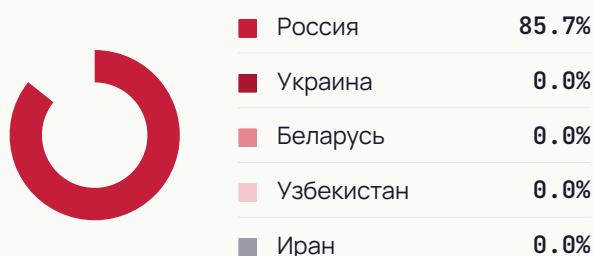
Индекс цитирования 0 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний.

Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала

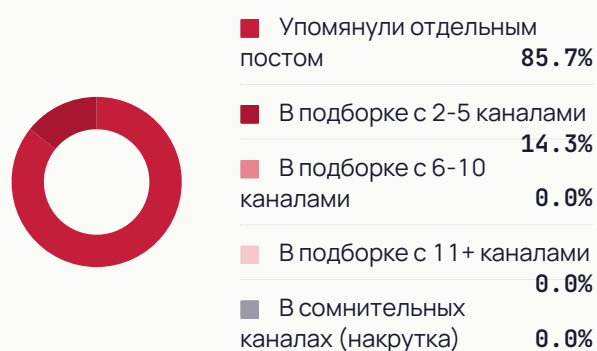
на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время

канал упоминали 8 разных каналов.

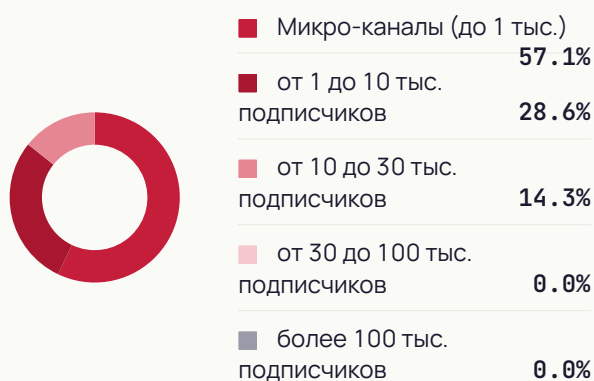
ИЗ КАКИХ СТРАН УПОМИНАЮТ



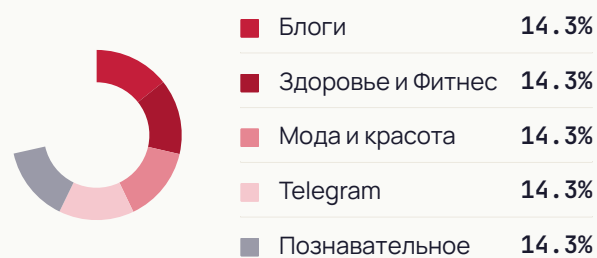
В КАКОМ ФОРМАТЕ УПОМИНАЮТ



КАНАЛЫ КАКОГО РАЗМЕРА УПОМИНАЮТ



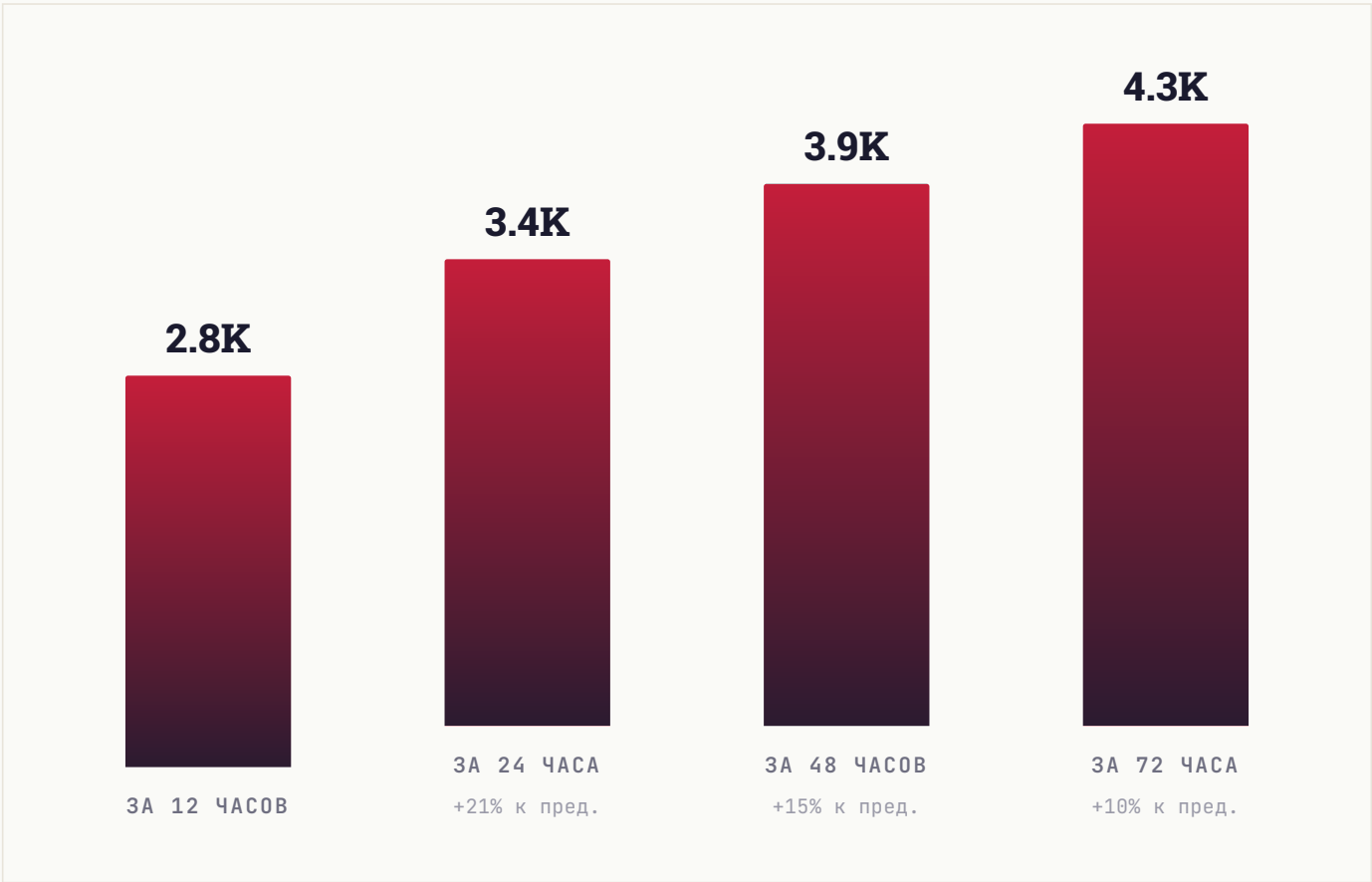
В КАКИХ ТЕМАТИКАХ УПОМИНАЮТ



— 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
DD DIETOLOG DILYA ASLIDDINOVNA RASMIY	1.2M
K3 Контрольная закупка	761.6K
БИ Биохакеры	579.1K
GS GymDeals- Supplements & Whey Protein Offers	539.6K
БИ Биохакинг	530.5K
SL Sport Life	522.2K
ВН Вечность на Тибете	490.9K
НТ Наше тело	479.2K
АУ Алесь Улищенко Врач-остеопат, канд. мед. наук Автор фейспластики	475.3K
БЗ Будем здоровы	446.6K
DR DreaddyDaddy ВЫ	32.5K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал пока вне топ-97 ниши — ранняя стадия роста. Лидер ниши — DIETOLOG DILYA ASLIDDINOVNA RASMIY (1.2M), медиана топ-97: 165.8K. Первая цель — войти в топ-97 через системную работу с трафиком и контентом.

— 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 **3**, они привели **576** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	1	1	72
Декабрь 2025	0	0	125
Ноябрь 2025	0	0	206
Октябрь 2025	0	0	162
Сентябрь 2025	1	1	2
Август 2025	1	1	9

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
3	6	576

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Взяли топ-100 каналов категории «Здоровье и Фитнес» (Россия) и посмотрели, как канал выглядит на их фоне. Серая полоса — диапазон, в который попадают 80% каналов ниши (от p10 до p90). Чёрная вертикаль — медиана. Красная точка — ваш канал.



— 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

Увеличить частоту публикаций

Сейчас 2.2 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в четверг

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

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

Системная закупка трафика

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

ЭФФЕКТ

**+1000-3000
подп.**

04

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

05

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**

★ ЧТО ДАЛЬШЕ

Хотите, чтобы это сделал **PromptPress**?

Этот аудит — то, что мы можем сделать 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
----	-------------------------------	---
