ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Полезно Мамам



@polzamam

Канал в MAX: https://max.ru/polzamam С вами Алина. Трижды мама. Экономлю ваше время: только самое полезное про стиль, косметику, развитие детей и досуг в Москве. Сотрудничество: @alisha915 A+:...

ПОДПИСЧИКИ	ОХВАТ ПОСТА (ERR)	ОХВАТ/ПОСТ
15 927	7.0%	1.1K
-19 за месяц	за сутки 7.0%	рекл. охват 1.1K/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 «Семья и дети»

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 **15 927** —	ОХВАТ ПОСТА **6.73%** ср. % подписчиков видят один пост	ПРОСМОТРЫ/ПОСТ **1.1K** медиана 1.1K · 28 дней	ПОСТОВ/НЕД. **7.1** за период
ТРЕНД 7Д **-0.0%** vs предыдущая неделя	РЕАКЦ./ПОСТ **42.3** всего 1 226 реакц., 100 реп., 8 комм.	ДЛИНА ПОСТА **835 зн.** медиана 999 · 28 дней	ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ **29** 28 дней
РЕКЛ. ОХВАТ **1.1K** среднее за 24ч	ОТТОК / МЕСЯЦ **-19** за последний месяц	ЦИТИРУЕМОСТЬ **30** индекс цитирования · 485 каналов упомянули за всё время	ВОЗРАСТ КАНАЛА **3 года 11 месяцев** создан 09.11.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Полезно Мамам» — 15 927 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 1.1K человек (7% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 7 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 5–11 октября охваты стабильны (-0.0% к неделе 28 сентября – 4 октября).

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 **29** постам за 28 дней.

02 Доминирующий формат — **Фото** (17/29 постов).

03 Средняя длина поста — **835** знаков (медиана 999).

04 Пик активности аудитории — **понедельник**, 14:00 MSK.

05 Самые сильные посты собирают **в 1 раз** больше просмотров, чем самые слабые (1.3K в среднем у топа vs 878 у худших) — среди 29 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 14.10 · 08:52 ВИДЕО

Сходили на мюзикл «Плакса» — и до сих пор под впечатлением! 💔 Недавно мы всей семьёй побывали на этой постановке по мотивам сериала...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
1 363	87	8	8.6%

№2 12.10 · 11:04 ВИДЕО

Недавно мы ходили на новое шоу «Буратино» от «РомановАрена». И это был не просто спектакль, а настоящий цирк, мюзикл и сказка в одном шоу!...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
1 299	86	7	8.2%

№3 16.10 · 05:34 ФОТО

Как я всё успеваю? Частый вопрос от тех, кто видит, что дети у меня постоянно в делах: секции, школа, занятия... А секрет в хорошем режиме...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
1 234	34	2	7.7%

№4 14.10 · 17:56 ФОТО

16 октября в «Лан Ма» на Новослободской пройдут «Твои Лапшичные Ночи» с брендом керамики «(не)душно». На вечере представят новую…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
1 214	36
РЕП.	**ER**
1	7.6%

№5 15.10 · 05:43 ФОТО

🎊СКИДКА 15% НА ШОУ С ЛЮБИМЫМИ ГЕРОЯМИ В МОСКВЕ от @bilet_club 🔥 Промокод POLZAMAM Уже с 12 декабря вас ждут более 20 детских шоу и…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
1 214	39
РЕП.	**ER**
—	7.6%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 20.09 · 11:12 ФОТО

🍁 Что читать, смотреть, готовить и куда сходить этой осенью? Собрали всё для уютного сезона: 🤗Подборка книг, которые помогут отдохнуть от…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
897	16
РЕП.	**ER**
3	5.6%

↓ 09.10 · 15:07 ФОТО

🚀 10 и 11 октября ФиксиПарк отправится в космическое приключение в «Зарядье» на фестиваль «Наука 0+»! На два дня Фиксики превратят…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
878	36
РЕП.	**ER**
1	5.5%

↓ 09.10 · 12:01 ФОТО

От Кремля до Кусково: 5 московских дворцов, которые стоит посетить с детьми И чем там заняться? 🟡 Московский дворец пионеров на…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
859	30
РЕП.	**ER**
7	5.4%

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	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
16 586	15 927	-659

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

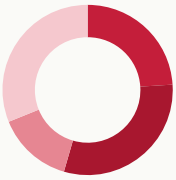
Индекс цитирования **30** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **485** разных каналов.

ИЗ КАКИХ СТРАН УПОМИНАЮТ



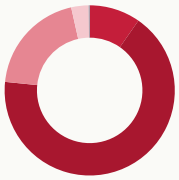
Россия	96.1%
Беларусь	0.4%
Узбекистан	0.1%
Казахстан	0.1%
Украина	0.0%

В КАКОМ ФОРМАТЕ УПОМИНАЮТ



Упомянули отдельным постом	24.0%
В подборке с 2-5 каналами	30.5%
В подборке с 6-10 каналами	14.4%
В подборке с 11+ каналами	31.1%

КАНАЛЫ КАКОГО РАЗМЕРА УПОМИНАЮТ



Микро-каналы (до 1 тыс.)	9.7%
от 1 до 10 тыс. подписчиков	66.9%
от 10 до 30 тыс. подписчиков	19.9%
от 30 до 100 тыс. подписчиков	3.3%
более 100 тыс. подписчиков	0.2%

В КАКИХ ТЕМАТИКАХ УПОМИНАЮТ

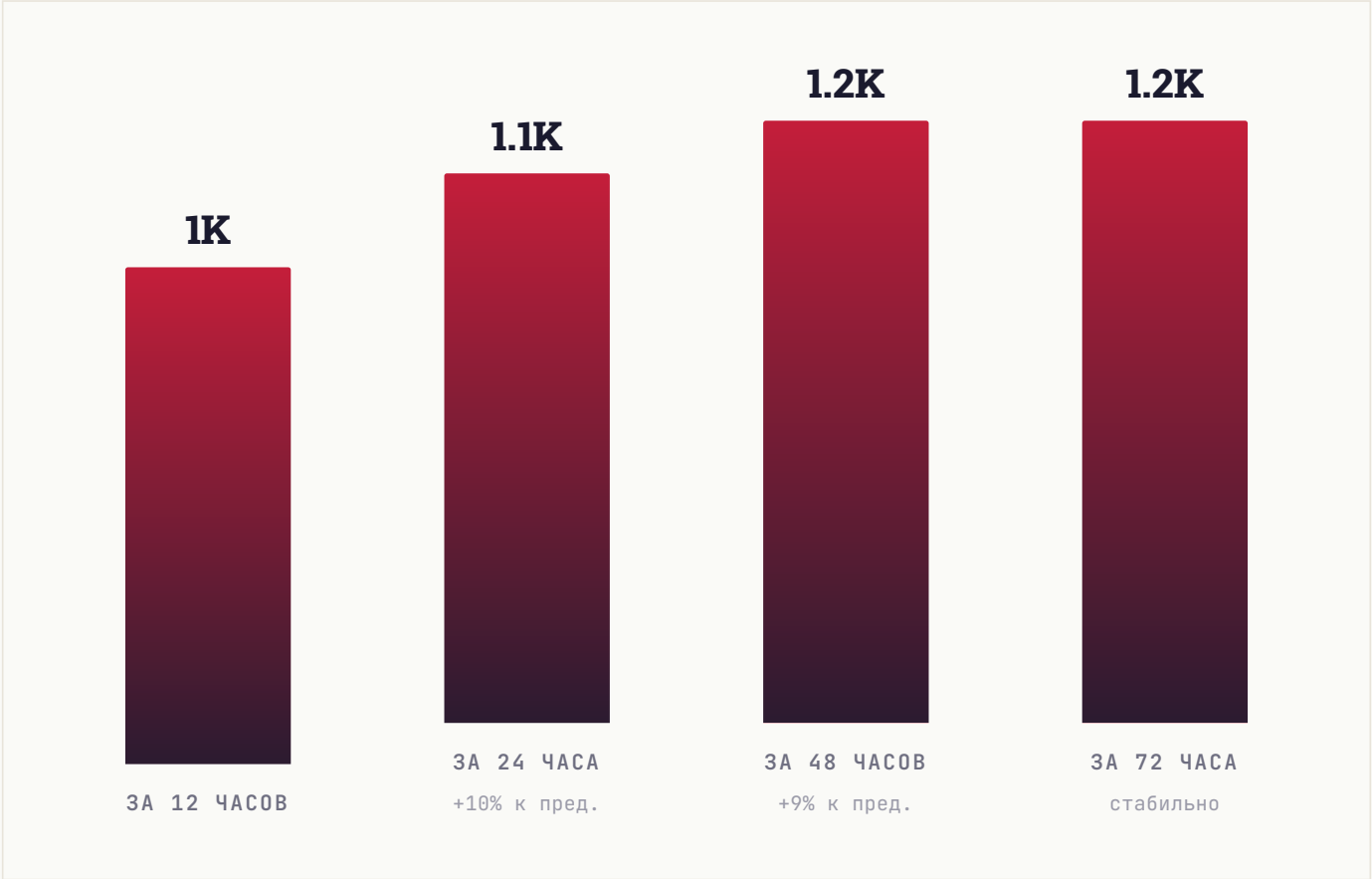


Семья и дети	47.1%
Книги	16.1%
Блоги	8.4%
Другое	5.2%
Telegram	3.7%

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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
ВП **В пляску с коляской**	20.4K
СК **Спасибо, Катя!**	19.7K
ГС **Гуляем с Германом**	18.9K
ПМ **Полезно Мамам** ВЫ	15.9K
ОМ **ОБЗОРНИК МАША** 📚	15.3K
МЕ **Мечтальня**	10.2K
К(**КНИГОЛОВ (детские книги)**	9.9K
АИ **Альфузик и Тим в Петербурге**	7K
МА **Мамкнутая**🐣	6.9K
ВО **Bookpix**	4.5K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (4-е место из 10). 3 канала крупнее, 6 — мельче. Хорошие варианты для взаимного размена постов в обе стороны: наверх — чтобы вырасти, вниз — чтобы помочь меньшим коллегам.

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 **210**, а канал за это время прибавил **5 707** подписчиков из всех источников.

ПЕРИОД	УПОМИНАНИЙ	КАНАЛОВ	ПРИРОСТ ЗА МЕСЯЦ
Апрель 2026	3	3	**5**
Март 2026	25	25	**1 180**
Февраль 2026	45	36	**970**
Январь 2026	13	12	**844**
Декабрь 2025	39	37	**1 985**
Ноябрь 2025	85	78	**723**

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
210	**6**	**5 707**

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **47 каналов** категории «**Семья и дети**» от 5 тыс. до 48 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

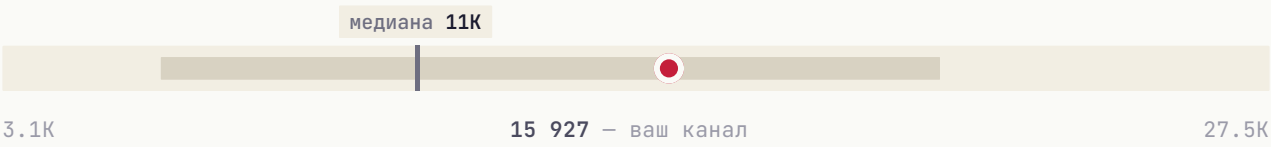
#12 /47

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 12 из 47 каналов сопоставимого размера

ПОДПИСЧИКИ

выше середины группы



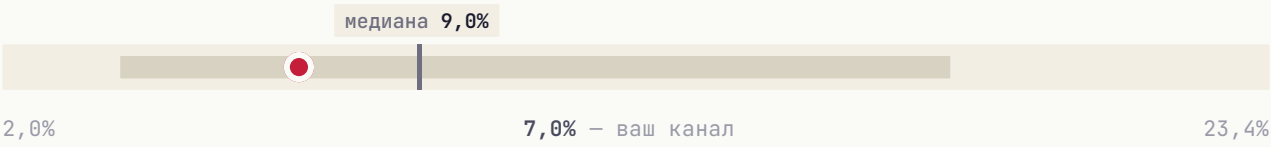
СРЕДНИЙ ОХВАТ / ПОСТ

выше середины группы

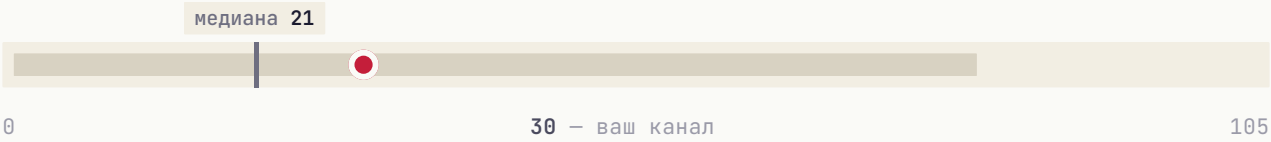


ВОВЛЕЧЁННОСТЬ (ER)

в пределах группы, ниже середины



ИНДЕКС ЦИТИРОВАНИЯ **выше середины группы**



Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям: **подписчики**, **средний охват / пост** и **индекс цитирования**.

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). PromtPress 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 PromtPress?

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.promtpress.com/register
02	**Связаться с менеджером**	t.me/PromtPress_manager

© 2026 · HELLO@PROMTPRESS.COM