

DLA WŁAŚCICIELI FIRM I OSÓB OD MARKETINGU

Dlaczego strona działa wolno?

Checklista szybkości i Core Web Vitals

Jak czytać PageSpeed Insights, ustalić priorytety
i przekazać konkretne zadania wykonawcy.

3

wskaźniki Core Web Vitals

20

punktów kontroli

1

arkusz zadań i odbioru

Sprawdź problem, zanim wybierzesz poprawkę

Wybierz ważne podstrony, zapisz warunki pomiaru i zobacz, czy problem dotyczy wczytywania, reakcji na działanie czy przesuwania treści. Potem ustal przyczynę, zakres zmiany i sposób sprawdzenia jej efektu.

Przykładowe wartości w tym poradniku są fikcyjne. Dobry wynik narzędzia nie gwarantuje wysokiej pozycji ani sprzedaży. Celem pracy jest sprawna strona dla klientów, także na słabszym telefonie i połączeniu.

Strona / firma:

WRZESIEŃ 2026

PODSTAWY / TRZY RÓŻNE PROBLEMY

Nazwij to, co odczuwa użytkownik.

Core Web Vitals obejmują wczytywanie głównej treści, reakcję na interakcję i stabilność układu. Nie są jednym pomiarem „czasu otwarcia strony”. [1]

Wskaźnik	Co opisuje	Dobry	Do poprawy	Słaby
LCP	Pojawienie się największego elementu treści w widoku.	$\leq 2,5$ s	$> 2,5$ s do 4 s	> 4 s
INP	Szybkość odpowiedzi wizualnej na interakcję.	≤ 200 ms	> 200 do 500 ms	> 500 ms
CLS	Nieoczekiwane przesunięcia widocznych elementów.	$\leq 0,1$	$> 0,1$ do 0,25	$> 0,25$

Progi odnosimy do 75. percentyla: co najmniej 75% zmierzonych wizyt powinno mieścić się w danym progu. To nie średnia. CLS nie ma jednostki; mniejsza wartość oznacza większą stabilność. [1]

Wybierz próbkę podstron

Sprawdź stronę główną, ofertę lub kategorię, produkt albo artykuł oraz kontakt. Dobierz adresy według znaczenia dla klienta i różnic szablonu. Zapisz osobno wyniki mobilne i komputerowe.

Moje adresy do pierwszego sprawdzenia:

NARZĘDZIE / PAGESPEED INSIGHTS

Rozróżnij dane i pojedynczy test.

Wejdź na pagespeed.web.dev, podaj adres i wybierz urządzenie. Schemat poniżej ilustruje dwa rodzaje informacji, nie rzeczywisty raport Twojej strony. [2]

PageSpeed Insights – schemat z fikcyjnymi danymi**Dane od użytkowników**

Okno: ostatnie 28 dni
Zakres: URL albo cały origin
Urządzenie: mobilne

LCP 3,2 s • INP 170 ms • CLS 0,04

Przykład: uwaga na LCP

Test laboratoryjny

Jedno uruchomienie Lighthouse
Warunki symulowane
Diagnostyka i wskazówki

Wynik 82/100 to inna miara

Przykład nie jest audytem strony

Zapisz z raportu**Dlaczego to ważne**

URL, data, urządzenie i zakres danych

Origin obejmuje strony danego źródła, np. <https://example.com>, a nie tylko wskazany URL.

Dane terenowe albo ich brak

Brak danych CrUX nie oznacza dobrej ani złej szybkości. Może brakować wystarczającej próby.

Warunki i wynik testu laboratoryjnego

Porównuj podobne pomiary. Wynik może się wahać między uruchomieniami.

Lighthouse nie mierzy pełnej ścieżki użytkownika

Zwykły test ładowania nie mierzy INP z interakcji. TBT może wskazać blokowanie, ale nie jest zamiennikiem INP. Sprawdź też kliknięcia, filtry i formularz. [3]

01 / LCP: GŁÓWNA TREŚĆ

Sprawdź, na co czeka przeglądarka.

Najpierw ustal, jaki element został wskazany jako LCP. Może to być duży obraz albo tekst. Przyczyna opóźnień nie zawsze leży w rozmiarze grafiki. [4]

Schemat pierwszego widoku podstrony usługi

Duży obraz / element LCP

Nagłówek oferty

Treść, która pozwala rozpoznać usługę.
Element LCP ustal w raporcie.

Zapytaj o usługę

W raporcie sprawdź wskazany element i etapy opóźnienia: serwer, wykrycie zasobu, pobranie oraz renderowanie. [4]

STATUS: O = OK / P = poprawić / ? = sprawdzić / - = nie dotyczy

01 Wiadomo, który element jest LCP na danej podstronie

Zapisz zrzut i selektor lub opis elementu. Sprawdź osobno telefon i komputer – największy element może być inny.

☐

02 Główny obraz ma właściwy rozmiar i format

Dopasuj wariant do miejsca wyświetlania, skompresuj plik i porównaj jakość. Nie przesyłaj wielkiego oryginału do małego widoku.

☐

03 Ważny zasób nie jest niepotrzebnie opóźniany

Obrazu LCP zwykle nie należy ładować leniwie. Wykonawca powinien sprawdzić jego wykrywanie i priorytet, bez podnoszenia priorytetu wszystkiego.

☐

04 Przyczyna została potwierdzona pomiarem

Jeśli opóźnia serwer albo renderowanie, samo zmniejszenie obrazu może nie wystarczyć. Wybierz zmianę dla konkretnego etapu. [4]

☐

Odbiór poprawki LCP

Porównaj tę samą podstronę w podobnych warunkach, a potem obserwuj dane od użytkowników. Sprawdź, czy obraz nadal wygląda dobrze i nie zniknęła ważna treść.

02 / INP: REAKCJA NA DZIAŁANIE

Przetestuj to, co klient klika.

INP opisuje opóźnienie reakcji wizualnej na kliknięcia, dotknięcia i obsługę klawiaturą. Sprawdź menu, filtry, dodanie do koszyka i formularz. [5]

Przykład jednej interakcji – fikcyjna oś czasu**Kliknięcie****120 ms**

Oczekiwanie

Następna klatka obrazu**160 ms**

Praca skryptu

40 ms

Obraz

Razem: 320 ms. Rozbicie służy wyjaśnieniu; rzeczywiste dane zbiera się z interakcji.

Diagnoza: Chrome DevTools / Performance lub pomiar interakcji. Sam wynik testu ładowania nie opisuje całego użycia strony. [3, 5]

STATUS: O = OK / P = poprawić / ? = sprawdzić / - = nie dotyczy

05 Lista testów obejmuje ważne interakcje

Zapisz kroki: otwarcie menu, filtr, wybór wariantu, formularz. Przetestuj je na urządzeniu zbliżonym do telefonu klienta.

☐**06 Dłgie zadania skryptów zostały zidentyfikowane**

Wykonawca powinien ustalić, co blokuje główny wątek. Samo dodanie kolejnej wtyczki optymalizującej nie potwierdza rozwiązania problemu.

☐**07 Niepotrzebna praca jest ograniczana lub odkładana**

Rozbij duże zadania, ogranicz koszt obsługi zdarzeń i zbędne aktualizacje widoku. Po zmianie sprawdź działanie interakcji. [5]

☐**08 Klient widzi właściwą informację zwrotną**

Przetestuj stan przycisku i komunikat oczekiwania. Szybka reakcja ekranu nie dowodzi jeszcze zakończenia płatności lub wysłania zgłoszenia.

☐**Zapisz także końcowy efekt działania**

Oddziel opóźnienie reakcji interfejsu od czasu całej operacji. Sprawdź oba: odpowiedź ekranu i rzeczywisty wynik w koszyku, formularzu lub systemie firmy.

03 / CLS: STABILNOŚĆ UKŁADU

Usuń nieoczekiwane przesunięcia.

Przeskakujący przycisk może utrudniać kliknięcie. Obserwuj stronę podczas ładowania, przewijania i pojawiania się dodatkowych elementów. [6]

Przykład błędu – element doładowany nad przyciskiem**Pierwszy widok**

Przejdź dalej

Chwilę później

Nowy baner przesunął treść

Przejdź dalej

Rozwiązanie zależy od przyczyny, np. rezerwacji miejsca. Nie jest nim samo ukrycie przycisku.

W raporcie sprawdź elementy przesuwające układ; narzędzie może wskazać skutek, a nie samą przyczynę przesunięcia. [6]

STATUS: O = OK / P = poprawić / ? = sprawdzić / - = nie dotyczy

09 Obrazy i filmy mają zarezerwowane miejsce

Ustaw wymiary lub proporcje, aby przeglądarka знаła obszar przed pobraniem materiału. Sprawdź wszystkie warianty mobilne.

☐**10 Widżety i banery nie wypychają nagle treści**

Zaplanuj miejsce dla osadzeń, reklam i komunikatów. Sprawdź opóźnione pojawienie się elementów po pierwszym widoku.

☐**11 Fonty nie powodują istotnych skoków tekstu**

Porównaj krój zastępczy i docelowy. Wykonawca powinien ocenić metryki fontów oraz sposób ich ładowania. [6]

☐**12 Test obejmuje też dalszą część wizyty**

Obejrzyj układ po przewinięciu, załadowaniu galerii i zmianie wariantu. Test samego pierwszego ekranu może nie pokazać problemu.

☐**Nie każde przesunięcie jest liczone tak samo**

Niektóre zmiany bezpośrednio po działaniu użytkownika są wyłączone z CLS. Mimo to oceniaj wygodę korzystania; dobry wskaźnik nie zastępuje testu interfejsu. [6]

04 / SKRYPTY I DODATKI

Sprawdź koszt każdego dodatku.

Czat, mapa, film, analityka i inne osadzenia mogą pobierać dane oraz wykonywać kod. Oceń ich przydatność i wpływ na konkretne widoki. [7]

Dodatek	Po co jest potrzebny?	Co sprawdzić
Czat lub widget kontaktu	Szybsza rozmowa z klientem.	Wpływ na reakcję strony i faktyczne użycie.
Film lub mapa	Wyjaśnienie usługi lub dojazdu.	Czy pełne osadzenie musi startować od razu?
Tagi i integracje	Pomiar lub funkcja biznesowa.	Duplikaty, właściciela i warunki uruchomienia.

W CMS i panelu tagów sporządź listę dodatków. Zmiany sprawdzaj na kopii testowej z możliwością przywrócenia poprzedniej konfiguracji.

STATUS: O = OK / P = poprawić / ? = sprawdzić / - = nie dotyczy

- 13** **Każdy dodatek ma właściciela i uzasadnienie** ☐
- Zapisz funkcję oraz miejsce użycia. Sprawdź, czy stary widget, piksel lub drugi system wykonuje tę samą pracę bez potrzeby.
- 14** **Koszt został zmierzony, a nie odgadnięty** ☐
- Porównaj odpowiedni widok z dodatkiem i bez niego w kontrolowanym teście. Liczba wtyczek sama nie mówi, która spowalnia stronę.
- 15** **Ciężkie osadzenia mają rozsądny moment ładowania** ☐
- Rozważ podgląd uruchamiany po kliknięciu lub późniejsze ładowanie poza pierwszym widokiem. Zachowaj potrzebną funkcję i dostępność. [7]
- 16** **Optymalizacja nie psuje kontaktu ani pomiaru** ☐
- Po odroczeniu skryptów przetestuj formularz, koszyk, stany zgód i zdarzenia. Nie usuwaj funkcji tylko po to, by poprawić ocenę narzędzia.

Zmieniaj w kontrolowanych krokach

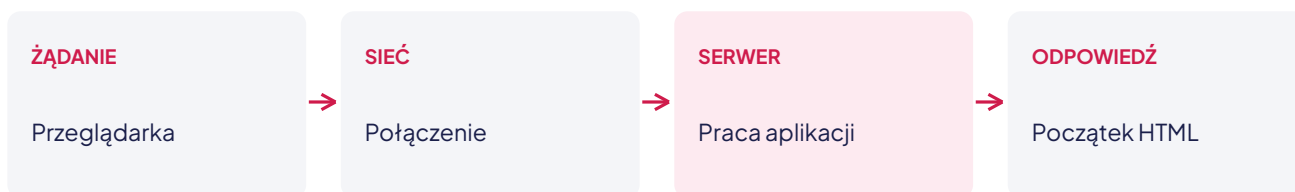
Wprowadź jedną uzgodnioną grupę poprawek, zapisz datę i wykonaj test. Gdy zmienisz wiele rzeczy jednocześnie, trudniej ustalisz przyczynę poprawy lub awarii.

05 / SERWER I DOSTARCZANIE

Zanim pojawi się pierwszy element.

TTFB opisuje czas do pierwszego bajtu odpowiedzi. Pomaga diagnozować wczytywanie, ale sam nie jest jednym z trzech Core Web Vitals. [8]

Schemat drogi do odpowiedzi serwera



Schemat upraszcza proces. Czas odpowiedzi może obejmować m.in. przekierowania, sieć i generowanie treści.

Ustawienia mogą dotyczyć hostingu, aplikacji, cache i CDN. Dobieraj zmianę do zmierzonego problemu, a nie samej nazwy pakietu.

STATUS: O = OK / P = poprawić / ? = sprawdzić / - = nie dotyczy

- 17** **Odpowiedź serwera jest zmierzona na ważnych adresach** ☐
Porównaj ofertę, artykuł i produkt. Sprawdź także powracającą wizytę; cache może zmieniać wynik w kolejnych uruchomieniach.
- 18** **Pamięć podręczna ma poprawny zakres** ☐
Dobierz cache do sposobu działania aplikacji. Sprawdź koszyk, logowanie i treści spersonalizowane, które nie mogą mieszać danych użytkowników.
- 19** **Nie ma zbędnego łańcucha przekierowań** ☐
Przetestuj adresy z menu, reklam i linków. Kieruj do docelowego URL, jeśli po drodze nie jest potrzebna dodatkowa zmiana adresu.
- 20** **Hosting lub CDN rozwiązuje ustalony problem** ☐
Najpierw zbierz dane o sieci i pracy aplikacji. Zmiana serwera nie usunie automatycznie ciężkiego skryptu lub opóźnionego obrazu. [8]

Odbierz działanie całej strony po zmianie

Sprawdź aktualność cen i dostępności, kontakt, logowanie oraz zakup. Zapisz procedurę powrotu do poprzedniej wersji, jeśli pojawi się błąd.

ARKUSZ / ZLECENIE I ODBIÓR

Przełącz problem razem z dowodem.

Priorytet ustal według wpływu na klienta, liczby dotkniętych stron i możliwości wdrożenia. Jedna poprawka szablonu może objąć wiele adresów.

Przykład zadania dla wykonawcy

„Na mobilnej ofercie duży obraz pojawia się z opóźnieniem. W raporcie jest elementem LCP. Sprawdź wykrywanie i sposób ładowania zasobu. Po zmianie porównaj trzy testy w tych samych warunkach oraz działanie formularza”.

URL / szablon i objaw	Dowód / poprawka	Kryterium odbioru	Osoba / termin

Kontrola po wdrożeniu

- ☐ Powtórz porównywalne pomiary laboratoryjne i testy interakcji.
- ☐ Sprawdź formularz, koszyk, układ mobilny i pomiar zdarzeń.
- ☐ Zapisz datę zmiany; dane CrUX obejmują ruchome okno 28 dni. [2]
- ☐ W Search Console obserwuj grupę adresów, nie tylko jeden URL. [9]

ŹRÓDŁA I NASTĘPNY KROK

Sprawdź źródła. Ustal działania.

Linki poniżej prowadzą do materiałów źródłowych. Przykłady, ćwiczenia i schematy w poradniku są opracowaniem edukacyjnym.

01	Core Web Vitals: metryki i progi oceny	Google / web.dev
02	PageSpeed Insights: dane i wyniki testów	Google
03	Narzędzia do pomiaru Web Vitals	Google / web.dev
04	Optymalizacja LCP	Google / web.dev
05	Optymalizacja INP	Google / web.dev
06	Optymalizacja CLS	Google / web.dev
07	Efektywne ładowanie zewnętrznych skryptów	Google / web.dev
08	Diagnoza i poprawa TTFB	Google / web.dev
09	Raport Core Web Vitals w Search Console	Google
10	Core Web Vitals i wyniki wyszukiwania	Google

Progi metryk są wskazówką diagnostyczną. Google wykorzystuje Core Web Vitals w swoich systemach, ale dobre wyniki nie gwarantują czołowych pozycji. [10]

Ustal priorytety poprawy strony

Zbierz wyniki, wybierz ważne podstrony i zaplanuj odbiór zmian. Porozmawiajmy o diagnozie oraz wdrożeniu.

[Porozmawiaj o szybkości strony](#)icomseo.pl/kontakt/