TWORZENIE STRON / SZYBKOŚĆ I JAKOŚĆ

Core Web Vitals — co to jest i jak wpływają na pozycje oraz konwersję

Zespół Boostwave · Ostatnia aktualizacja: sierpień 2026 · Czas czytania: ok. 7 min

Core Web Vitals to trzy liczby, które Google mierzy na każdej stronie i bierze pod uwagę przy ustalaniu pozycji. Nie opisują kodu — opisują to, co odczuwa użytkownik: czy strona szybko pokazuje treść, czy reaguje na kliknięcie i czy układ nie skacze. Ten artykuł tłumaczy każdy wskaźnik przez konkretne sytuacje i pokazuje, jak sprawdzić swój wynik dziś.

Czym są Core Web Vitals i dlaczego Google je mierzy

Google od 2021 roku używa Core Web Vitals jako jednego z sygnałów rankingowych. Nie jest to czynnik decydujący samodzielnie — treść i linki wciąż mają większą wagę — ale przy zbliżonej jakości treści strona z lepszymi wskaźnikami wyprzedza konkurenta. Ważniejszy od pozycji jest jednak efekt na konwersję: strona, która ładuje się wolno lub skacze podczas przewijania, traci odwiedzających zanim zdążą przeczytać ofertę.

Trzy wskaźniki tworzące Core Web Vitals to **LCP** (Largest Contentful Paint), **FID** (First Input Delay — od 2024 roku zastąpiony przez INP, Interaction to Next Paint) oraz **CLS** (Cumulative Layout Shift). Każdy mierzy inne odczucie użytkownika. Poniżej procedura sprawdzenia i interpretacji każdego z nich.

1 Wejdź na PageSpeed Insights i wklej adres strony

Narzędzie dostępne bezpłatnie pod adresem pagespeed.web.dev. Wpisz adres strony głównej lub podstrony ofertowej — tej, na którą trafia ruch z Google. Wynik pojawi się po około 20–30 sekundach. Narzędzie pokazuje dane z prawdziwych urządzeń użytkowników (pole *Dane terenowe*) oraz wynik z symulacji (pole *Dane laboratoryjne*). Patrz najpierw na dane terenowe — one liczą się dla Google.

2 Odczytaj LCP — czas do pokazania głównej treści

LCP mierzy, ile sekund mija od wejścia na stronę do momentu, gdy użytkownik widzi największy element na ekranie — zwykle zdjęcie, nagłówek lub baner. Wynik poniżej 2,5 sekundy to dobry wynik. Między 2,5 a 4 sekundy — do poprawy. Powyżej 4 sekund — strona traci odwiedzających, zanim zdążą ocenić ofertę. Wyobraź sobie wejście do sklepu, w którym przez cztery sekundy widzisz tylko białą ścianę.

3 Odczytaj INP (dawniej FID) — czas reakcji na kliknięcie

INP mierzy, ile milisekund czeka użytkownik od kliknięcia przycisku lub linku do momentu, gdy strona zareaguje. Dobry wynik to poniżej 200 ms — tego nie czuć. Między 200 a 500 ms pojawia się odczucie *strona się zawiesza*. Powyżej 500 ms użytkownik klika ponownie, myśląc, że poprzednie kliknięcie nie zadziałało. W formularzach kontaktowych i sklepach to bezpośredni powód porzucania koszyka.

4 Odczytaj CLS — stabilność układu strony

CLS mierzy, o ile elementów przesuwa się układ strony podczas ładowania. Wynik 0 oznacza, że nic się nie rusza. Poniżej 0,1 — akceptowalnie. Powyżej 0,25 — użytkownik klika w coś, czego nie chciał, bo przycisk przeskoczył w ostatniej chwili. Najczęstsza przyczyna: obrazy bez zdefiniowanych wymiarów i reklamy ładowane po załadowaniu reszty strony.

5 Porównaj wyniki z tabelą progów i zaznacz, co wymaga działania

Po odczytaniu trzech liczb zaznacz, które wskaźniki są w strefie *do poprawy* lub *słaby*. Nie musisz naprawiać wszystkiego naraz — zacznij od tego, który ma najgorszy wynik i dotyczy podstrony z największym ruchem. PageSpeed Insights podaje też konkretne rekomendacje dla każdego wskaźnika — to punkt wyjścia dla dewelopera lub agencji.

6 Sprawdź wyniki na urządzeniu mobilnym osobno

PageSpeed Insights domyślnie pokazuje wyniki mobilne na górze — i słusznie, bo Google indeksuje strony w wersji mobilnej. Wyniki mobilne są zwykle gorsze niż desktopowe, bo telefony mają wolniejsze procesory i zmienne łącze. Jeśli LCP na telefonie przekracza 4 sekundy, a strona zbiera ruch z urządzeń mobilnych, to priorytet numer jeden.

7 Ustaw monitoring i wróć za 30 dni po wdrożeniu zmian

Jednorazowy pomiar to migawka. Google Search Console w zakładce *Podstawowe wskaźniki internetowe* pokazuje trend z ostatnich 90 dni — po czym poznać poprawę: liczba adresów URL w strefie *słaby* spada, a w strefie *dobry* rośnie. Dane terenowe aktualizują się z opóźnieniem około 28 dni, więc po wdrożeniu zmian wróć za miesiąc.

Wskaźnik Co mierzy (odczucie) Dobry Do poprawy LCP Jak szybko widzę treść poniżej 2,5 s 2,5–4 s INP (dawniej FID) Jak szybko strona reaguje na klik poniżej 200 ms 200–500 ms CLS Czy układ strony się nie przesuwa poniżej 0,1 0,1–0,25

Szybkość strony a SEO — zależność jest realna, ale nie jedyna Poprawa Core Web Vitals nie zastąpi słabej treści ani braku linków. Działa jak podłoga: jeśli wskaźniki są w strefie słabej, sufit pozycji jest niżej, niż mógłby być. Gdy wskaźniki są dobre, inne czynniki SEO mogą zadziałać w pełni. agencja SEO Warszawa oceniająca stronę

zawsze sprawdza Core Web Vitals jako jeden z pierwszych elementów — nie dlatego, że to modne, ale dlatego, że to mierzalne.

Jak Core Web Vitals przekładają się na konwersję

Pozycja w Google to jeden skutek. Drugi, często ważniejszy dla właściciela firmy, to to, co dzieje się po wejściu na stronę. Użytkownik, który czeka ponad trzy sekundy na załadowanie strony, w znacznej części przypadków wraca do wyników wyszukiwania — i klika w kolejny wynik, czyli w konkurenta. Nie ma tu jednej liczby, która pasuje do każdej branży, ale zależność jest powtarzalna: wolniejsza strona równa się wyższy współczynnik odrzuceń.

CLS ma inny mechanizm. Nie zniechęca do wejścia — szkodzi po wejściu. Gdy przycisk *Zamów* przesuwa się w ostatniej chwili, użytkownik klika obok lub klika to, czego nie chciał. W formularzach wieloetapowych przesunięcie pól powoduje błędy wpisywania danych. To nie teoria — to powtarzający się schemat w analizie nagrań sesji użytkowników. Naprawa CLS jest często tańsza niż poprawa LCP, a efekt bywa zauważalny szybciej.

Z praktyki (dane uproszczone)

Sklep internetowy z kategorią produktową generującą większość ruchu organicznego miał LCP na poziomie 5,8 sekundy na urządzeniach mobilnych. Po optymalizacji obrazów (format WebP, lazy loading) i usunięciu blokujących skryptów LCP spadł do 2,9 sekundy. Współczynnik odrzuceń na tej podstronie obniżył się o orientacyjnie kilkanaście punktów procentowych w ciągu kolejnych 30 dni. Nie da się jednoznacznie oddzielić efektu szybkości od równoległych zmian w treści — oba działania były wdrożone w tym samym czasie. Poprawa pozycji dla głównych fraz pojawiła się po 6–8 tygodniach, co wpisuje się w typowy czas reakcji Google na zmiany techniczne.

Najczęstsze pytania

1. Czy poprawa Core Web Vitals gwarantuje wyższe pozycje?

Nie gwarantuje. Core Web Vitals to jeden z kilkuset sygnałów rankingowych. Poprawa wskaźników usuwa barierę techniczną, ale nie zastąpi wartościowej treści, linków ani dopasowania do intencji wyszukiwania. Strona z doskonałymi wskaźnikami i słabą treścią nie wyprzedzi strony z dobrą treścią i przeciętnymi wskaźnikami.

2. Jak często Google aktualizuje dane Core Web Vitals w Search Console?

Dane terenowe w Google Search Console aktualizują się w oparciu o dane z Chrome User Experience Report, który zbiera dane z ostatnich 28 dni. Oznacza to, że po wdrożeniu poprawek wynik w Search Console zmieni się dopiero po miesiącu — i tylko wtedy, gdy strona ma wystarczający ruch, by zebrać dane terenowe. Strony z małym ruchem mogą nie mieć danych terenowych wcale.

3. Czym różni się wynik PageSpeed Insights od danych w Search Console?

PageSpeed Insights pokazuje dwa rodzaje danych: laboratoryjne (symulacja na kontrolowanym urządzeniu) i terenowe (dane z prawdziwych użytkowników Chrome). Search Console pokazuje wyłącznie dane terenowe, zagregowane dla całej witryny. Dla Google liczą się dane terenowe — wynik laboratoryjny to wskazówka diagnostyczna, nie ocena rankingowa. Rozbieżności między nimi są normalne i wynikają z różnic w urządzeniach i połączeniach użytkowników.

Podsumowanie

Core Web Vitals to trzy mierzalne odczucia użytkownika: czy strona szybko pokazuje treść (LCP), czy reaguje na kliknięcie (INP) i czy układ się nie przesuwa (CLS). Każdy z nich ma progi liczbowe i każdy można sprawdzić dziś, bezpłatnie, w PageSpeed Insights. Pierwszy krok: wejdź na pagespeed.web.dev, wklej adres swojej strony ofertowej i sprawdź, które wskaźniki są poza strefą zieloną. Jeśli LCP przekracza 4 sekundy lub CLS jest powyżej 0,25 — masz konkretny problem do naprawienia, nie abstrakcyjną *optymalizację*. Wsparcie w interpretacji wyników i planowaniu poprawek oferuje między innymi **pozycjonowanie stron Warszawa** w ramach analizy technicznej przed wdrożeniem. Audyt techniczny jako osobne zagadnienie to temat innego artykułu z tej serii — tu wystarczy wiedzieć, że Core Web Vitals to punkt wyjścia, nie punkt końca. Jeśli szukasz **agencja SEO Warszawa** która traktuje te wskaźniki jako mierzalne KPI, a nie jako element raportu do szuflady — warto zacząć od rozmowy o konkretnych liczbach.

Chcesz wiedzieć, gdzie Twoja strona traci użytkowników?

▶ Sprawdzamy Core Web Vitals Twojej strony i wskazujemy konkretne elementy do poprawy — bez żargonu, z priorytetami.: **Bezpłatna wycena**

Boostwave — agencja marketingowa z Warszawy, agencja marketingowa która zamienia widoczność w Google i w odpowiedziach AI w realne zapytania od klientów.

ℹ️ **Transparentność treści (AI):** Artykuł został wygenerowany z wykorzystaniem sztucznej inteligencji, a następnie zweryfikowany merytorycznie i zredagowany przez zespół Boostwave. Informację

publikujemy zgodnie z zasadą przejrzystości wynikającą z art. 50 rozporządzenia UE 2024/1689 (AI Act).
· https://boostwave.pl/

Eksperci Pozycjonowania BoostWave

Jesteśmy ekspertami SEO, specjalizująca się w pomaganiu warszawskim firmom wygrywać walkę o klienta. Zamiast pustych obietnic, wdrażamy zaawansowany Link Building.

Więcej informacji: https://boostwave.pl

📍 **Adres:** ul. Hoża 86/410, 00-682 Warszawa

📞 **Telefon:** 510 768 987

✉️ **Email:** kontakt@boostwave.pl

⏰ **Godziny otwarcia:**

Poniedziałek - Piątek: 08:00 - 18:00

Sobota - Niedziela: Zamknięte

Darmowa Wycena SEO