

## Чек-лист: ускорение медленного сайта

9 причин и пошаговый план оптимизации до Lighthouse 80+.

Медленный сайт = низкая конверсия + плохое SEO. Этот чек-лист — пройти по 9 причинам по очереди и устранить. Цель — Lighthouse Performance 80+ из 100.

### 01 Шаг 1. Замерить текущую скорость

PageSpeed Insights ([pagespeed.web.dev](https://pagespeed.web.dev)) или Lighthouse (Chrome DevTools). Запишите Performance, LCP, INP, CLS. Это базовая точка отсчёта.

### 02 Причина 1: Тяжёлая тема

Тема вешает на страницу 3+ МБ JS/CSS. Решение: переход на лёгкую (Astra, Neve, GeneratePress). Измерение веса страницы — Network в DevTools.

### 03 Причина 2: Неоптимизированные изображения

JPEG из камеры (5+ МБ каждый) на странице. Решение: сжать через Smush/ShortPixel/EWWW, формат WebP, размер 1200–2000 px.

### 04 Причина 3: Нет lazy load

Все изображения загружаются сразу. Решение: WordPress 5.5+ делает это для `img` автоматически, для галерей — плагин a3 Lazy Load.

### 05 Причина 4: Нет кэширования

Каждая страница «собирается» из БД при каждом заходе. Решение: WP Super Cache, WP Rocket (\$59/год), LiteSpeed Cache.

### 06 Причина 5: Много плагинов

30+ активных плагинов сильно тормозят. Решение: отключить ненужные (Plugin Detective покажет вес каждого), оставить 10–15 ключевых.

### 07 Причина 6: Дешёвый перегруженный хостинг

Виртуальный за 100 ₽/мес с тысячей соседей. Решение: переход на нормальный хостинг от 195 ₽/мес или VPS от 600 ₽/мес.

### 08 Причина 7: Старая версия PHP

PHP 7.4 в 2 раза медленнее PHP 8.1. Решение: переключить версию PHP в панели хостинга.

### 09 Причина 8: Нет CDN

Все статические файлы отдаются с одного сервера. Решение: Cloudflare (бесплатно) или встроенный CDN хостинга. Особенно важно для аудитории из других регионов.

### 10 Причина 9: Внешние скрипты (соцсети, чаты, аналитика)

Виджеты VK/Instagram/онлайн-чат тащат сотни КБ JS. Решение: загружать асинхронно (`async/defer`) или подключать только на нужных страницах.

Подробный гайд:  
<https://host.seoshnic.ru/problems/medlennyy-sayt/>

### **Beget — простой хостинг для новичков**

Понятная панель, серверы в Москве и СПб, бесплатный SSL, круглосуточная русская поддержка. От 195 Р/мес.

[Перейти на Beget >>](#)