

PageSpeed Insights

Mobile



МЕНЮ

Саморазвитие — с чего начать?

★★★★★ (2 оценок, среднее: 5,00 из 5)



Статьи

В этой статье я отвечаю на вопрос, возникающий в голове каждого, кто подошел к ключевому моменту в жизни: "Саморазвитие"

13 / 100 Vitesse

! À corriger :

Éliminer les codes JavaScript et CSS qui bloquent l'affichage du contenu au-dessus de la ligne de flottaison

Votre page contient 2 ressources de script et 5 ressources CSS qui bloquent l'affichage de votre page, et donc le retardent.

Aucune partie du contenu situé au-dessus de la ligne de flottaison sur votre page n'a pu être affichée avant que le chargement des ressources suivantes n'ait été terminé. Essayez de différer le chargement des ressources qui bloquent votre page, de les charger de manière asynchrone, ou d'intégrer les parties essentielles de ces ressources directement dans le code HTML.

[Supprimez les ressources JavaScript qui bloquent l'affichage :](#)

- <https://open-mind.ru/wp-includes/js/jquery/jquery.js>
- <https://open-mind.ru/wp-includes/js/jquery/jquery-migrate.min.js>

[Optimisez l'affichage des styles CSS](#) pour les URL suivantes :

Mobile

- <https://open-mind.ru/wp-includes/css/dist/block-library/style.min.css>
- <https://open-mind.ru/wp-content/plugins/ark-hidecommentlinks/css/ark-hidecommentlinks.css>
- <https://open-mind.ru/wp-content/plugins/wp-postratings/css/postratings-css.css>
- <https://open-mind.ru/wp-content/themes/theme/style.css>
- <https://fonts.googleapis.com/css?family=Open+Sans:400,400i,700,700i|PT+Serif:400,700&subset=cyrillic>

Optimiser les images

En choisissant un format approprié pour vos images et en les compressant, vous pouvez libérer de nombreux octets de données.

[Optimisez les images suivantes](#) afin de réduire leur taille de 3,7 Mo (réduction de 82 %).

- La compression de https://justclick.ru/constructor/users/open-mind/open-mind-1554995289/sections/blank-359-187/preset_desktop_big_73ed0604-afb2-4701-9560-e581a6f811d7.jpg pourrait libérer 3,3 Mo (réduction de 84 %).
- La compression de https://open-mind.ru/wp-content/uploads/2019/04/2018-08-22-11.50.33-1_12-04-36.jpg pourrait libérer 318 Ko (réduction de 75 %).
- La compression de <https://open-mind.ru/wp-content/uploads/2019/04/kak-borotsya-s-bessonnicej-5.jpg> pourrait libérer 69,5 Ko (réduction de 49 %).
- La compression de https://open-mind.ru/wp-content/plugins/wp-postratings/images/stars/rating_on.gif pourrait libérer 125 o (réduction de 24 %).
- La compression de https://open-mind.ru/wp-content/plugins/wp-postratings/images/stars/rating_over.gif pourrait libérer 117 o (réduction de 23 %).

 À corriger éventuellement :

Exploiter la mise en cache du navigateur

Mobile

Si vous définissez une date d'expiration ou une durée de validité maximale pour les ressources statiques dans les en-têtes HTTP, vous indiquez au navigateur d'aller chercher les ressources déjà téléchargées sur le disque local plutôt que sur le réseau.

[Exploitez la mise en cache du navigateur](#) pour les ressources suivantes pouvant être mises en cache :

- <https://www.googletagmanager.com/gtag/js?id=UA-137559749-1> (15 minutes)
- <https://mc.yandex.ru/metrika/advert.gif> (60 minutes)
- <https://mc.yandex.ru/metrika/tag.js> (60 minutes)
- <https://www.google-analytics.com/analytics.js> (2 heures)

Réduire la taille des ressources CSS

En compressant votre code CSS, vous pouvez libérer de nombreux octets de données et réduire les délais de téléchargement et d'analyse.

[Réduisez la taille des ressources CSS](#) suivantes afin de gagner 1,5 Ko (réduction de 20 %).

- Une réduction de la taille de <https://open-mind.ru/wp-content/themes/theme/style.css> pourrait libérer 1,2 Ko (réduction de 17 %) après compression.
- Une réduction de la taille de <https://open-mind.ru/wp-content/plugins/wp-postratings/css/postratings-css.css> pourrait libérer 228 o (réduction de 55 %) après compression.
- Une réduction de la taille de <https://open-mind.ru/wp-content/plugins/ark-hidecommentlinks/css/ark-hidecommentlinks.css> pourrait libérer 120 o (réduction de 36 %) après compression.

Réduire la taille des ressources JavaScript

En compressant votre code JavaScript, vous pouvez libérer de nombreux octets de données et réduire les délais de téléchargement, d'analyse et d'exécution.

Mobile

[Réduisez la taille des ressources JavaScript](#) suivantes afin de gagner 1,7 Ko (réduction de 43 %).

- Une réduction de la taille de https://open-mind.ru/wp-content/plugins/ark-hidecommentlinks/js/pcl_tooltip.js pourrait libérer 1,4 Ko (réduction de 53 %) après compression.
- Une réduction de la taille de <https://open-mind.ru/wp-content/themes/theme/js/functions.js> pourrait libérer 248 o (réduction de 41 %) après compression.
- Une réduction de la taille de https://api.siter.justclick.ru/web_forms/5caf58599fe186012f030cdd/form_loader.js?cid=form-5caf58599fe186012f030cdd pourrait libérer 104 o (réduction de 11 %) après compression.



5 règles approuvées

Éviter les redirections sur la page de destination

Votre page ne contient pas de redirection. En savoir plus sur la [suppression des redirections sur la page de destination](#).

Autoriser la compression

Vous avez activé la compression. En savoir plus sur l'[activation de la compression](#).

Réduire le temps de réponse du serveur

Votre serveur a répondu rapidement. En savoir plus sur l'[optimisation du temps de réponse du serveur](#).

Réduire la taille des ressources HTML

Vous avez réduit la taille de vos ressources HTML. En savoir plus sur la [réduction de la taille des ressources HTML](#).

Afficher en priorité le contenu visible

Le contenu situé au-dessus de la ligne de flottaison doit s'afficher en priorité. En savoir plus sur [l'affichage du contenu prioritaire](#).

94 / 100 Expérience utilisateur

 À corriger éventuellement :

Dimensionner les éléments tactiles de manière appropriée

Il est possible que certains des liens et des boutons présents sur votre page soient trop petits pour qu'un utilisateur puisse appuyer dessus sur un écran tactile. [Augmentez la taille de ces éléments tactiles](#) afin de proposer une meilleure expérience utilisateur.

Les éléments tactiles suivants sont proches d'autres éléments tactiles et il peut être nécessaire de les espacer davantage.

- L'élément tactile ``, ainsi que 29 autres sont trop proches d'autres éléments tactiles final.

4 règles approuvées

Éviter les plug-ins

Il semble que votre page n'utilise pas de plug-ins qui pourraient empêcher des plates-formes d'exploiter son contenu. [Pourquoi faut-il éviter les plug-ins ?](#)

Configurer la fenêtre d'affichage

Votre page spécifie une fenêtre d'affichage qui correspond aux différentes dimensions des appareils, ce qui lui permet de s'afficher correctement sur tous les appareils. En savoir plus sur la [configuration des fenêtres d'affichage](#).

Adapter la taille du contenu à la fenêtre d'affichage

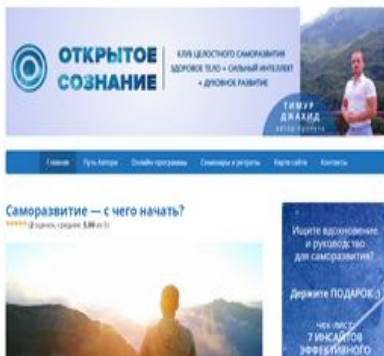
Mobile

Le contenu de votre page s'affiche correctement dans la fenêtre d'affichage. En savoir plus sur [l'adaptation du contenu à la taille de la fenêtre d'affichage](#).

Utiliser des tailles de police lisibles

Le texte de votre page est lisible. En savoir plus sur [l'utilisation de tailles de police lisibles](#).

Ordinateur



14 / 100 Vitesse

! À corriger :

Optimiser les images

En choisissant un format approprié pour vos images et en les compressant, vous pouvez libérer de nombreux octets de données.

[Optimisez les images suivantes](#) afin de réduire leur taille de 4,2 Mo (réduction de 80 %).

- La compression de https://justclick.ru/constructor/users/open-mind/open-mind-1554995289/sections/blank-359-187/preset_desktop_big_73ed0604-afb2-4701-9560-e581a6f811d7.jpg pourrait libérer 3,3 Mo (réduction de 84 %).
- La compression de <https://open-mind.ru/wp-content/uploads/2019/04/2018-09-06-09.27.27-1.jpg> pourrait libérer 455,3 Ko (réduction de 66 %).

Ordinateur

- La compression de https://open-mind.ru/wp-content/uploads/2019/04/2018-08-22-11.50.33-1_12-04-36.jpg pourrait libérer 318 Ko (réduction de 75 %).
- La compression de <https://open-mind.ru/wp-content/uploads/2019/04/kak-borotsya-s-bessonnicej-5.jpg> pourrait libérer 69,5 Ko (réduction de 49 %).
- La compression de https://open-mind.ru/wp-content/plugins/wp-postratings/images/stars/rating_on.gif pourrait libérer 125 o (réduction de 24 %).
- La compression de https://open-mind.ru/wp-content/plugins/wp-postratings/images/stars/rating_over.gif pourrait libérer 117 o (réduction de 23 %).

À corriger éventuellement :

Exploiter la mise en cache du navigateur

Si vous définissez une date d'expiration ou une durée de validité maximale pour les ressources statiques dans les en-têtes HTTP, vous indiquez au navigateur d'aller chercher les ressources déjà téléchargées sur le disque local plutôt que sur le réseau.

[Exploitez la mise en cache du navigateur](#) pour les ressources suivantes pouvant être mises en cache :

- <https://www.googletagmanager.com/gtag/js?id=UA-137559749-1> (15 minutes)
- <https://mc.yandex.ru/metrika/advert.gif> (60 minutes)
- <https://mc.yandex.ru/metrika/tag.js> (60 minutes)
- <https://www.google-analytics.com/analytics.js> (2 heures)

Réduire la taille des ressources CSS

En compressant votre code CSS, vous pouvez libérer de nombreux octets de données et réduire les délais de téléchargement et d'analyse.

[Réduisez la taille des ressources CSS](#) suivantes afin de gagner 1,5 Ko (réduction de 20 %).

- Une réduction de la taille de <https://open-mind.ru/wp-content/themes/theme/style.css> pourrait libérer 1,2 Ko (réduction de 17 %) après compression.
- Une réduction de la taille de <https://open-mind.ru/wp-content/plugins/wp-postratings/css/postratings-css.css> pourrait libérer 228 o (réduction de 55 %) après compression.
- Une réduction de la taille de <https://open-mind.ru/wp-content/plugins/ark-hidecommentlinks/css/ark-hidecommentlinks.css> pourrait libérer 120 o (réduction de 36 %) après compression.

Réduire la taille des ressources JavaScript

En compressant votre code JavaScript, vous pouvez libérer de nombreux octets de données et réduire les délais de téléchargement, d'analyse et d'exécution.

[Réduisez la taille des ressources JavaScript](#) suivantes afin de gagner 1,7 Ko (réduction de 43 %).

- Une réduction de la taille de https://open-mind.ru/wp-content/plugins/ark-hidecommentlinks/js/pcl_tooltip.js pourrait libérer 1,4 Ko (réduction de 53 %) après compression.
- Une réduction de la taille de <https://open-mind.ru/wp-content/themes/theme/js/fonctions.js> pourrait libérer 248 o (réduction de 41 %) après compression.
- Une réduction de la taille de https://api.siter.justclick.ru/web_forms/5caf58599fe186012f030cdd/form_loader.js?cid=form-5caf58599fe186012f030cdd pourrait libérer 104 o (réduction de 11 %) après compression.

Éliminer les codes JavaScript et CSS qui bloquent l'affichage du contenu au-dessus de la ligne de flottaison

Votre page contient 1 ressources CSS qui bloquent l'affichage de votre page, et donc le retardent.

Aucune partie du contenu situé au-dessus de la ligne de flottaison sur votre page n'a pu être affichée avant que le chargement des ressources suivantes n'ait été terminé. Essayez de différer le chargement des ressources qui bloquent votre page, de les charger de manière asynchrone, ou d'intégrer les parties essentielles de ces ressources directement dans le code HTML.

[Optimisez l'affichage des styles CSS](#) pour les URL suivantes :

- <https://open-mind.ru/wp-includes/css/dist/block-library/style.min.css>

5 règles approuvées

Éviter les redirections sur la page de destination

Votre page ne contient pas de redirection. En savoir plus sur la [suppression des redirections sur la page de destination](#).

Autoriser la compression

Vous avez activé la compression. En savoir plus sur l'[activation de la compression](#).

Réduire le temps de réponse du serveur

Votre serveur a répondu rapidement. En savoir plus sur l'[optimisation du temps de réponse du serveur](#).

Réduire la taille des ressources HTML

Vous avez réduit la taille de vos ressources HTML. En savoir plus sur la [réduction de la taille des ressources HTML](#).

Afficher en priorité le contenu visible

Le contenu situé au-dessus de la ligne de flottaison doit s'afficher en priorité. En savoir plus sur l'[affichage du contenu prioritaire](#).