1.XML和JSON优缺点  
(1).XML的优缺点  
<1>.XML的优点  
　　A.格式统一，符合标准；  
　　B.容易与其他系统进行远程交互，数据共享比较方便。  
<2>.XML的缺点  
　　A.XML文件庞大，文件格式复杂，传输占带宽；  
　　B.服务器端和客户端都需要花费大量代码来解析XML，导致服务器端和客户端代码变得异常复杂且不易维护；  
　　C.客户端不同浏览器之间解析XML的方式不一致，需要重复编写很多代码；  
　　D.服务器端和客户端解析XML花费较多的资源和时间。  
(2).JSON的优缺点  
<1>.JSON的优点：  
　　A.数据格式比较简单，易于读写，格式都是压缩的，占用带宽小；  
　　B.易于解析，客户端JavaScript可以简单的通过eval()进行JSON数据的读取；  
　　C.支持多种语言，包括ActionScript, C, C#, ColdFusion, Java, JavaScript, Perl, PHP, Python, Ruby等服务器端语言，便于服务器端的解析；  
　　D.在PHP世界，已经有PHP-JSON和JSON-PHP出现了，偏于PHP序列化后的程序直接调用，PHP服务器端的对象、数组等能直接生成JSON格式，便于客户端的访问提取；  
　　E.因为JSON格式能直接为服务器端代码使用，大大简化了服务器端和客户端的代码开发量，且完成任务不变，并且易于维护。  
<2>.JSON的缺点  
　　A.没有XML格式这么推广的深入人心和喜用广泛，没有XML那么通用性；  
　　B.JSON格式目前在Web Service中推广还属于初级阶段。  
2.XML和JSON的优缺点对比  
(1).可读性方面。  
JSON和XML的数据可读性基本相同，JSON和XML的可读性可谓不相上下，一边是建议的语法，一边是规范的标签形式，XML可读性较好些。  
(2).可扩展性方面。  
XML天生有很好的扩展性，JSON当然也有，没有什么是XML能扩展，JSON不能的。  
(3).编码难度方面。  
XML有丰富的编码工具，比如Dom4j、JDom等，JSON也有json.org提供的工具，但是JSON的编码明显比XML容易许多，即使不借助工具也能写出JSON的代码，可是要写好XML就不太容易了。  
(4).解码难度方面。  
XML的解析得考虑子节点父节点，让人头昏眼花，而JSON的解析难度几乎为0。这一点XML输的真是没话说。  
(5).流行度方面。  
XML已经被业界广泛的使用，而JSON才刚刚开始，但是在Ajax这个特定的领域，未来的发展一定是XML让位于JSON。到时Ajax应该变成Ajaj(Asynchronous Javascript and JSON)了。  
(6).解析手段方面。  
JSON和XML同样拥有丰富的解析手段。  
(7).数据体积方面。  
JSON相对于XML来讲，数据的体积小，传递的速度更快些。  
(8).数据交互方面。  
JSON与JavaScript的交互更加方便，更容易解析处理，更好的数据交互。  
(9).数据描述方面。  
JSON对数据的描述性比XML较差。  
(10).传输速度方面。  
JSON的速度要远远快于XML。