高性能的前后端数据传输主要有以下几种常用方法：

1.XMLHttpResquest不允许跨域且把接受的数据当作字符串

2.Dynamic script tag insertion动态脚本注入，允许跨域，无法读取头信息和响应代码

3.Multipart HXHR可以减少请求数，但是不能缓存，

优化：

1使用get相对post性能更快，因为只需要发送一个数据包，而且可以被缓存

2.MultipartXHR，在每个资源收到时立即执行，可以使用定时器实现

3.数据格式的选择：

推荐使用json和自定义的格式，比xml或html格式要快

若数据集很大且对解析时间有要求

1.jsonp技术，

2.字符分割的自定义格式

4.缓存数据

1.设置http头信息，expires等

2.本地数据存储，使用get方式发送请求，把ajax相应数据存储到本地。

5.减少http数：合并js文件和css文件,或者使用multiXHR技术

6.缩短页面加载时间，页面加载完以后使用ajax技术获取次要文件

7.使用ajax类库，避免兼容性问题。