¿Por qué es una buena práctica usar JavaScript para checar que sean válidos los inputs de las formas antes de enviar los datos al servidor?

Es una buena práctica porque mejora la experiencia del usuario al proporcionar retroalimentación inmediata sobre cualquier error en sus datos antes de enviar el formulario. Esto reduce la carga del servidor al evitar que se envíen datos incorrectos y mejora la eficiencia al manejar errores comunes en el lado del cliente.

¿Cómo puedes saltarte la seguridad de validaciones hechas con JavaScript?

Se saltarte la seguridad de las validaciones hechas con JavaScript desactivado JavaScript en el navegador, manipulando el DOM para eliminar o modificar las validaciones del lado del cliente, o enviando directamente los datos al servidor sin pasar por el formulario en la página web.

Si te puedes saltar la seguridad de las validaciones de JavaScript, entonces ¿por qué la primera pregunta dice que es una buena práctica?

Aunque la validación del lado del cliente con JavaScript no es suficiente por sí sola para garantizar la seguridad de los datos, puede proporcionar una capa adicional de seguridad y mejorar la experiencia del usuario al detectar y corregir rápidamente errores comunes antes de enviar los datos al servidor. La combinación de la validación del lado del cliente y del servidor es una práctica recomendada para garantizar la seguridad y la integridad de los datos.