网站 SEO 检查清单

检查自有网站时使用。可自检项目打开网页就能判断。无法自检项目需要站外后台、台账或分析工具。

L1 必做　L2 建议　L3 进阶

先查 L1。L1 有失败时，不要把整站判成通过。

可自检项目

打开自己的网站，按每条检查方法判断。

主机与跳转

协议、证书、www 与非 www 要统一到规范主机。

L1 必做 HTTP 入口跳到 HTTPS

要求　用 http:// 打开站点入口时，应 301/302 到 https 规范地址，最终 200。

检查　分别请求 http://主域/ 与 http://www.…/（若适用），跟随跳转。最终协议不是 https，或跳转链异常，记为不通过。

L1 必做 www 与非 www 统一到一个规范主机

要求　www 与 apex 只保留一个可索引规范主机；另一主机应永久跳转到规范主机，不能双活都返回 200 正文。

检查　分别请求 https://apex/ 与 https://www.…/。两者都 200 且无互相规范跳转，或证书导致一方不可用，记为不通过。

L1 必做 HTTPS 证书有效

要求　规范主机的 HTTPS 证书在有效期内，主机名匹配，抓取无证书错误。

检查　用 HTTPS 请求规范主机首页。证书过期、主机名不匹配、握手失败记为不通过。

抓取与索引

搜索引擎要能打开页面，并且知道这一页可以被收录。

L2 建议 robots.txt 可访问且可用

要求　【站群内部规范/建议】站点宜提供可访问的 robots.txt（200、纯文本），便于声明抓取偏好与 Sitemap。但缺少 robots.txt 本身并不代表 Google 无法抓取网站；勿将「文件缺失」等同于「搜索引擎不能抓取」。站群基线可要求具备该文件并记 WARNING/规范不合规，措辞勿写成「无法抓取」。

检查　【自动】请求 https://规范主机/robots.txt。非 200、非文本或 HTML 错误页按站群规范记 WARNING/不通过；评估时注明「缺文件⊠无法抓取」。抓取屏蔽规则另见 [目标页没有被 robots.txt 挡住]。

L1 必做

目标页没有被 robots.txt 挡住

要求 【硬性，技术层】有 robots.txt 时，目标应收录页路径不能被适用于搜索引擎（含 Googlebot）的 Disallow 挡住。注意：robots 禁止抓取 ☒ noindex 禁止索引；若需搜索引擎读取 noindex，就不要同时屏蔽该页抓取。CSS/JS 渲染资源屏蔽见 [重要 CSS/JS 可被抓取用于渲染]；Googlebot 被 WAF 误拦见 [Googlebot 可正常访问]。

检查 【自动】打开 /robots.txt；不存在可按站群规范另评（见 [robots.txt 可访问且可用]）。存在时核对 User-agent: * / Googlebot 的 Disallow/Allow，目标页不被禁止抓取才通过。同时确认「要靠 noindex 生效的页」未被 Disallow。

L2 建议

robots.txt 声明 AI 训练/爬虫抓取偏好

要求 robots.txt 中应显式声明对主要 AI 相关爬虫的 Allow 或 Disallow 策略（至少覆盖 Google-Extended、GPTBot、ClaudeBot；可按站点策略扩展 Applebot-Extended、PerplexityBot 等）。策略须与站点对训练抓取/AI 引用的态度一致，避免仅依赖默认 * 规则的模糊隐含。

检查 curl 获取 /robots.txt，解析 User-agent 段是否出现 Google-Extended、GPTBot、ClaudeBot 等，并核对各自 Allow/Disallow。完全未声明 AI 爬虫偏好记为待补；声明与业务策略矛盾记问题。可机检。

L1 必做

目标页没有禁止索引

要求 【硬性，技术层】应收录的目标页，meta robots 与 X-Robots-Tag 都不应含 noindex。低价值页故意 noindex 见 [低价值页用 robots meta 控制索引]。staging/预览环境应 noindex 见 [测试/预览环境禁止收录]。强调：仅靠 robots.txt Disallow 不能可靠「禁止索引」；要用 noindex 须允许抓取。

检查 【自动】查看 HTML meta robots 与响应头 X-Robots-Tag；应收录页出现 noindex 记 FAIL。staging 域故意 noindex 则本项对生产目标页评定，staging 另项检查。

L1 必做

sitemap 包含目标页

要求 【建议偏硬，小站可放宽】站点提供 sitemap 有比没有好：目标页应收录的地址宜出现在 sitemap 里。小站页面很少时非必须，但有 sitemap 仍利于发现与提交。若使用 lastmod，须反映真实内容修改时间（详见 sitemap lastmod 专项）；Google 会忽略 priority/changefreq，且仅在 lastmod 持续准确时才信任该字段。

检查 先看 robots.txt 里的 Sitemap 声明，没有再试 /sitemap.xml。sitemap 索引要继续打开里面的子文件。目标页的规范地址不在其中：对内容站记为不通过；对极少页面的小站可记 WARNING/建议补齐而非硬 FAIL。若条目含 lastmod，抽查是否与页面实质更新一致。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议

sitemap lastmod 反映真实内容修改时间

要求 若 sitemap 提供 <lastmod>，其值须与页面内容的实质性更新日期一致，而非每次构建/部署自动刷新。无法保证准确性时，宁可不输出 lastmod，也不要填入虚假时间戳。Google 明确会忽略 priority 与 changefreq，且仅在 lastmod 持续准确时使用它。

检查 抽查 sitemap 中若干 URL 的 lastmod，与页面可见「更新日期」或内容实质新旧对比。lastmod 为今天/昨天但正文明显陈旧，记待修复；发现全站 lastmod 随部署齐刷记问题。

L2 建议

提供 IndexNow 密钥文件

要求 网站在根路径公开提供 indexnow.txt，正文是 8 到 128 位十六进制的 IndexNow 密钥。接入 IndexNow 的引擎用这个文件核对密钥。读到该文件的一方可以代为提交这个主机上的网址，提交只是通知引擎来抓，不表示页面已被收录。

检查 请求 https://目标主机/indexnow.txt。最终不是 200，正文去掉空白后不是 8 到 128 位十六进制，或正文是网页 HTML，记为不通过。只认这个地址，不把根目录下其他以密钥命名的 txt 算作通过。

L1 必做

规范链接指向应收录的地址

要求 每个页面 head 应有 link rel=canonical，href 为该页真实规范绝对 URL；禁止全站统一写成首页或其它页。带无关参数的地址应指向去掉参数后的规范地址。

检查 解析 canonical：校验存在、为绝对 URL、与当前规范 URL（去跟踪参数后）一致；抽查非首页未误指首页。没有或指向错误页，记为不通过。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L1 必做

目标页最终返回 200

要求 直接请求目标页，最终得到 HTTP 200，正文是这一页的内容。

检查 请求目标页并记录状态码。遇到 301 或 302 时记下跳转目标再继续。最终不是 200，或者落到登录页、错误页，记为不通过。

L1 必做

错误页不以 200 冒充正常页

要求 【硬性，技术层】不存在的路径必须返回真正的 404/410，不能用 200 +「未找到」类正文冒充正常页（软 404）。软 404 会浪费抓取预算并污染索引。

检查 【自动】请求明显不存在的路径；最终状态为 200 且正文像错误页/极薄内容，记 FAIL。可结合 GSC「未找到」与服务器日志交叉验证。

L1 必做

关键可收录内容与元数据须服务端渲染进 HTML（含 AI 爬虫）

要求 列表、详情页「相似/相关」模块、搜索结果及关键可收录正文须服务端渲染进 HTML、对爬虫可见：禁止仅靠前端 JS/上拉加载生成可索引正文。搜索结果页若前端渲染导致多 URL 返回相同 HTML＝大忌；不同查询 URL 的首屏 HTML 内容与 Title/Description/H1 须随关键词变化。同时，<title>、<link rel=canonical>、hreflang 及主体核心内容须出现在首次返回的原始 HTML 中，不能仅依赖客户端或框架在渲染后注入——GPTBot、ClaudeBot、PerplexityBot 等 AI 爬虫通常不执行 JavaScript。

检查 用无执行 JS 的抓取对比带不同 query 的页面 HTML；检查相似/相关模块是否已在源码中；对比 title/h1 是否随 query 变化；多 query 同 HTML 记为不通过。另用 curl -A GPTBot 或 curl -A ClaudeBot 请求冷缓存 URL，确认 <head> 中有 title 与 canonical、主体核心内容在首次 HTML 中；冷请求下 head 元数据缺失记不通过。来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议

AI 爬虫原始 HTML 含元数据与关键内容

要求 用不执行 JS 的 AI 爬虫 User-Agent（如 GPTBot、ClaudeBot）请求时，冷缓存响应的原始 HTML 中须包含 <title>、<link rel=canonical>、必要的 hreflang，以及主体核心内容。不得仅在 Googlebot 渲染路径或客户端注入后才出现上述信息（注意部分框架对非「HTML-limited bot」列表 UA 会把 metadata 追加到 body 末尾或冷请求 head 为空）。

检查 curl -A GPTBot 与 curl -A ClaudeBot 请求部署后未被请求过的冷缓存 URL；检查返回 HTML 的 head（及全文）是否含 title、canonical 与主体要点。冷请求缺失记不通过。可与 [关键可收录内容与元数据须服务端渲染进 HTML（含 AI 爬虫）] 交叉验证，本项专指 AI UA 与冷缓存场景。

L2 建议

低价值页用 robots meta 控制索引

要求 对后台、未完成、内容稀少、无收录意图或浪费抓取预算的页面，在 head 使用 robots meta（如 noindex）；切勿误伤重要可收录页。

检查 扫描 <meta name="robots">；对照页面类型白/黑名单；抽查重要页未被 noindex。

L2 建议

海量内容须可爬分页入口

要求 依赖无限滚动/仅无限上拉的内容库须另提供可分页 Discover/列表入口页供爬虫爬全；禁止仅无限上拉而无静态分页。分页链接宜含首页、末页、邻近页，并提供数量级快进跳转（如 50/100/200…）以便覆盖深页。UGC/作品库尤须具备可分页索引入口。

检查 检查列表/Discover 页是否存在静态分页 a 链接；无 JS 抓取能否发现第 N 页与深页/快进入口；仅无限上拉、无分页入口记为不通过。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L1 必做

Googlebot 可正常访问

要求 【硬性倾向，技术层】不能因 WAF、防火墙、CDN Bot 管理规则误拦截 Googlebot（含 Googlebot Smartphone）。对公开应收录内容，Googlebot 应获得与正常用户可抓取的实质内容（注意与安全防护的平衡）。

检查 【自动+日志・可模拟 UA】检查 WAF/CDN Bot 规则与服务器/CDN 日志中 Googlebot 状态码；用官方 IP 段验证。误拦记 FAIL。

L1 必做

重要 CSS/JS 可被抓取用于渲染

要求 【硬性倾向，技术层】搜索引擎渲染所需的重要 CSS/JS 不能被 robots.txt 或权限错误屏蔽。

检查 【自动】检查关键静态资源 URL 的 robots 规则与请求状态；被 Disallow 或大面积 403 记 FAIL。

L2 建议

重定向链合理（无多级/循环）

要求 【建议偏硬，技术层】避免多级跳转与循环跳转；跳转链应短且最终到规范 200 页。入口单次跳转见 [入口跳转不超过一次]。

检查 【自动】跟踪 URL 重定向链，检测循环、过长链（如>2–3 跳）与错误最终状态；问题记 WARNING/FAIL。

L2 建议

参数 URL 可索引性受控

要求 【建议偏硬，技术层】筛选、排序、跟踪等参数不应产生大量重复可索引页面；应通过 canonical、robots/noindex 或参数处理策略控制。

检查 【自动+需 GSC】分析参数 URL、canonical、robots 与实际索引情况；参数页大量被收录且重复记 WARNING。

L1 必做

测试/预览环境禁止收录

要求 【硬性倾向，技术层】staging、preview、开发环境不应意外进入搜索索引；应使用认证、robots、noindex 或独立不可达域名等防护。注意：若用 noindex，勿同时 Disallow 掉抓取导致指令不可读。

检查 【自动+需 GSC】检查 staging 域名的认证、robots、noindex；在 GSC 检索是否出现预览域。意外收录记 FAIL。

提交与监测

搜索控制台提交、索引报错巡检、死链清理与定期全站审计等运维检查项。

L3 进阶

监测 AI 搜索可见性（AEO/GEO）

要求 需人工/外站监测，非硬性机检通过项。应建立对 AI Overviews、AI Mode、ChatGPT/Perplexity 等生成式答案中的品牌/URL 可见性监测：抽查核心查询是否被引用、引用片段是否准确、是否出现竞品替代。本项用于运营跟踪，不作为纯 curl 自动化通过门槛。

检查 需人工：定期用目标关键词在 Google AI 结果与主流 AI 搜索中查询，记录是否出现本站、引用准确性与份额变化；可辅以第三方 AEO/GEO 监测工具。无监测机制记待建，不因单次未出现而判技术失败。

L3 进阶

重要落地页关键词排名监测（7/28/90 天）

要求 【监测/人工，效果层，非机检硬性】重要落地页应对目标关键词持续监控最近 7/28/90 天排名变化。SEO 页面存在☒已获搜索流量；覆盖与排名分开检查。

检查 【需 GSC/第三方排名 API・人工】导出核心词排名时间序列，标注显著波动；无监测机制记待建，不因单次波动判技术失败。

L3 进阶

低曝光已收录页诊断

要求 【监测/人工，效果层】已收录但长期几乎无展示/曝光的页面应分析原因（意图错配、质量、内链、索引选择等）。非硬性机检 PASS/FAIL。

检查 【需 GSC・人工】结合 GSC 展示次数、排名、页面内容与关键词意图诊断；输出原因分类与处理建议（优化/合并/noindex）。

L2 建议

服务器错误率（5xx）可控

要求 【硬性倾向，技术层】站点不应持续出现大量 5xx；短时尖峰需有告警与恢复。与 [定期监控 404/5xx/noindex 与死链重定向] 互补，本项聚焦错误率与稳定性。

检查 【自动+需 GSC/日志】分析服务器日志与 GSC 抓取统计中的 5xx 比例与趋势；持续偏高记 FAIL，偶发记 WARNING。

标题与摘要

标题、摘要和主标题要说明这一页，而不是整站共用一句套话。

L1 必做 标题说明这一页

要求：页面有且只有一个 title。标题写清本页主题，不能所有页面都只用网站名，也不能和站内其他主要页面的标题完全相同。

检查：读取 title。缺失、为空、只有网站名，或者本页不是首页却和首页标题完全一样，记为不通过。Title 应服务 SEO；分享文案另见 share.og。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议 Title 长度建议值（非硬性字符门槛）

要求：【建议，非硬性 FAIL】Title 长度常用约 50–60 字符作为内部建议，实际 SERP 展示受像素宽度影响，Google 无固定字符数硬性限制。过短（仅品牌/十余字）浪费展示位与关键词空间；明显过长易截断。可记 WARNING；不得仅因略超建议区间就判定 SEO 失败（FAIL）。

检查：【自动】统计 title 字符数并可辅以像素宽度估算。明显过短（浪费）或严重过长记 WARNING；不因 50–60 区间外一点就 FAIL。结合截断预览人工确认。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L1 必做 摘要说明本页提供什么

要求：每个页面提供独特的 meta description，用一两个自然句子描述本页价值与主要内容，包含重要关键词但禁止关键词堆砌/仅关键词罗列；不能是整站套话，也不能把标题原样再写一遍。【建议】文案可含行动召唤（CTA）以利 SERP CTR，勿写成硬性 FAIL 条件。

检查：读取 meta name=description。缺失、为空、与 title 全文相同、纯关键词拼接，或抽样页面 description 完全重复，记为不通过。CTA 有无仅作建议提示，不因缺少 CTA 单独 FAIL。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议 Description 长度建议值（非硬性字符门槛）

要求：【建议，非硬性 FAIL】元描述常用约 150–160 字符作为内部建议；Google 无固定长度硬性限制，展示受设备与像素影响。过短浪费摘要展示位，过长易被截断；可记 WARNING；不得仅因长度不在范围就判定 SEO 失败。

检查：【自动】统计 description 字符数。明显过短（浪费）或远超常见展示长度记 WARNING；不因略偏离 150–160 就 FAIL。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L1 必做 页面有一个主标题

要求：每个页面正文区域有且仅有一个 H1；H1 应体现页面核心/需求关键词。禁止多个 H1；工具操作区、按钮、侧栏勿滥用 H1 标装饰性文案。

检查：统计页面 H1 数量。没有、超过一个、无文字，或明显装饰性/工具区按钮文案，记为不通过。抽查 H1 是否含页面核心需求词。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L1 必做

页面标明语言

要求 html 标签有 lang，并且和页面主要文字的语言一致。

检查 读取 html 的 lang。缺失，或和正文主要语言明显不符，记为不通过。

L2 建议

Title 关键词靠前且含品牌

要求 重要关键词放在 Title 靠前位置且表述自然；全站 Title 结尾宜带网站名称/域名（名称即域名时可只加域名）。

检查 解析 title 文本：检查目标关键词是否出现在前半段；检查是否以品牌/域名结尾。

L2 建议

按页面类型写 Title 结构

要求 首页可用「网站名称-Slogan-关键词…」；栏目页「子栏目-子关键词…-网站名」；内页「内页主功能-子栏目-网站名」。

检查 按 URL 类型分类后用正则/模板校验 title 结构是否符合约定模式。

L2 建议

不建议设置 Keywords meta

要求 不建议设置 meta keywords；可省略。现代搜索引擎基本忽略该标签，排名因素解读中 keywords/URL 关键词已边缘化；设置亦不带来收益，堆砌还可能显得过时。

检查 检查是否存在 meta name=keywords；存在则提示「不建议设置、可省略」，不作为硬性失败项。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议

搜索/动态结果页 Title・H1 随查询变化

要求 搜索结果等参数化页面的 Title、Description、H1 须根据查询词动态生成（例如含结果数与关键词），不得全站固定文案。搜索结果页前端渲染导致多 URL 同 HTML＝大忌，须与 SSR 要求一并满足。

检查 对多个 query 抓取页面，断言 title/description/h1 含对应 query 且互不相同；无 JS 抓取下 HTML 主体亦应随 query 变化，否则记不通过。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议

多语言站点配置 hreflang

要求 若站点多语言，应为各语言版本配置 hreflang 互指绑定；每种语言页的 canonical 指向该语言自身 URL，禁止所有语言写死同一 canonical。

检查 检查 link rel=alternate hreflang；校验互指完整；校验各语言 canonical 为本语言 URL。单语言站本条不适用/通过。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

正文

页面要有属于这一页的内容，结构能看出来，内容图片有替代文字。

L1 必做

正文独特且无明显站内/近重复

要求 【硬性倾向】去掉导航和页脚后，主体须有只属于本页的实质内容，不能只剩全站重复介绍。同时不同 URL 不应大量发布相同或高度相似正文（近重复）。可用 SimHash/Embedding 相似度判定：过高相似度视为不通过。本项覆盖「本页有独特正文」与「站内无明显重复」；分层属内容 SEO。

检查 【自动+AI】打开目标页，忽略导航页脚后看主体是否为空或几乎全站重复。全站抽样：对正文做指纹/SimHash 或 Embedding 相似度；与站内相似页、必要时与 SERP 页比对。主体空或近重复记 FAIL；边界相似度记 WARNING。

L2 建议

长正文标出小节

要求 主体分成多个主题时，用 H2/H3 标出小节并保持层级；标题须与对应正文相关，避免空洞序号式标题与关键词堆砌；层级勿跳乱（如关键区块误用 H5）。禁止用多个 H1 代替小节。很短、只有一个主题的页面可以没有小节标题。

检查 解析 heading 树：主体多主题却无 h2/h3，或明显跳级/多 H1/空洞序号标题，记为不通过。主体很短且单主题时本条通过。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议

内容图片有替代文字

要求 【建议偏硬，技术/无障碍】用来表达内容的 img 要有描述性 alt，并宜包含相关关键词（自然写入，勿堆砌）；纯装饰图可用空 alt。文件名语义、展示尺寸、可抓取、图片 Sitemap、上下文相关性见 media.* 分类各项。

检查 【自动】列出主体 img；内容图缺 alt 属性记不通过。无内容图则本条通过。人工抽查 alt 是否自然含相关关键词。媒体扩展检查见 media 分类。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议

设置面包屑导航

要求 层级型内页应提供可见面包屑，帮助用户与爬虫理解站点层级；建议配合 BreadcrumbList 结构化数据。

检查 打开分类/详情等非首页：是否存在可点击面包屑链路；有 JSON-LD 时校验 BreadcrumbList。深层页面缺失面包屑记为不通过。

L2 建议

E-E-A-T：作者经验、来源引用与编辑信息

要求 【建议/人工，内容层】关键内容页（尤其 YMYL、评测、教程、观点、含专业数据）应展示可验证作者身份与一手经验，并提供可靠来源引用、编辑/更新日期与必要资质说明；避免匿名堆砌或无法追溯来源的「专家」口吻。可信度信号属建议加强项，非所有页硬性 FAIL。

检查 【人工+AI】打开关键文章，确认作者署名可至作者页；核对来源引用、编辑信息、资质说明与可验证经验信号。纯匿名且无来源的关键结论性内容记问题；一般营销页可 N/A。

L2 建议

提供隐私、条款与联系页面

要求 站点应具备可访问的隐私政策、服务条款（或用户协议）及联系方式页面，增强可信度与合规信号。

检查 从页脚或关于区打开隐私、条款、联系页，均应返回 200 且含实质内容。缺任一关键页记为不通过。

L2 建议

内容具有原创价值

要求 【建议/人工+AI，内容层】页面应提供独特信息、经验、数据或解决方案，而不是简单改写其他网站内容。Google 不禁止 AI 生成，但需有原创价值补充。非所有页硬性机检 FAIL；关键页缺失独特价值记 WARNING/人工复核。

检查 【AI+人工】抽取正文，与搜索结果及站内相似页做语义相似度比较；识别纯改写/无增量信息。高度雷同且无独特数据/经验记问题。

L2 建议

内容满足搜索意图

要求 【建议/人工+AI，内容层】页面内容应符合用户搜索该关键词时的真实需求（信息/导航/交易/商业调查等意图）。意图明显错配记 WARNING；属内容质量评估，非纯技术硬性门槛。

检查 【AI+人工・可参考 SERP】对照目标关键词及 SERP 前 10 页的内容类型、主题与解决方案，判断本页是否匹配。错配记 WARNING/待改。

L2 建议

内容覆盖核心问题

要求 【建议/人工+AI，内容层】页面应回答用户围绕主题最关心的问题（可来自相关搜索、PAA、关键词库）。核心问题大面积未覆盖记 WARNING。

检查 【AI+人工】提取关键词相关问题列表，对照正文检查覆盖情况；列出未覆盖的高优先级问题。

L2 建议

避免低价值 AI 批量内容

要求 【建议偏硬/人工，内容层】AI 生成内容必须经过价值补充，不能只是批量生成相似页面。交叉参见 [第三方内容编辑监督与规模化低质防控]、[禁止 Doorway Pages]。规模化无独特价值页属高风险。

检查 【AI+人工】检查模板化段落、重复结构、缺乏独特信息；对比批量 URL 相似度。大面积低质 AI 页记高风险。

链接

页面使用 https，站内能走到其他页面，抽查到的站内链接能打开。

L1 必做

页面使用 https

要求 目标页最终地址是 https。页面上指向本站的链接也使用 https。

检查 看最终 URL 的协议。再抽查页内指向同一主机的链接，出现 http:// 记为不通过。

L2 建议

能从本页走到站内其他页面

要求 目标页至少有一个指向本站其他页面的链接，可以在导航、正文或页脚。

检查 列出指向同一主机且路径不同的链接。一个都没有记为不通过。

L2 建议

抽查的站内链接能打开

要求 页内抽查到的本站链接最终能打开，不落到 404。

检查 从页内本站链接里最多抽查 5 条并逐个请求。最终不是 200，且不是跳转后得到 200，记为不通过。

L2 建议

内链树形且首页到内页≤4 次点击

要求 内链呈树形：首页≤栏目≤内页，内页可回上级与首页；从首页到达任意重要内页尽量不超过 4 次点击。

检查 基于站点地图/内链图做 BFS 深度；报告深度>4 的重要 URL。

L2 建议

UGC/付费/不受控外链加 nofollow

要求 站内链一般不加 nofollow；用户提交/评论等 UGC、付费或赞助、不受信任外链应加 rel 含 nofollow（实践中常与 noopener noreferrer 同用）。自有可控出站（官方社媒、文档、产品站等）不必强制 nofollow，可用 dofollow。

检查 识别评论区/UGC/赞助链接的 rel；抽查是否含 nofollow；站内链不应大面积 nofollow。抽查自有可控出站未被迫全部 nofollow。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议

详情 URL 含关键词 slug（非纯数字）

要求 详情页 URL（含 UGC 作品/提示词详情）避免纯数字 ID（易被遍历且缺语义）；建议 /id-keyword 或独立 slug 字段；用户提示词过长勿整段入 URL，应抽取主要关键词。

检查 抽查详情 URL 模式；标记纯 /\d+ 路径；检查 UGC 详情是否含关键词 slug；检查过长输入的 slug 抽取策略。来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议

消除孤立页（孤儿页）

要求 应收录的重要页面必须能从首页、列表或相关推荐等内链到达，不能仅靠 sitemap 暴露。

检查 用爬虫/站点图找出内部入链为 0 的索引目标页；重要落地页若为孤儿页记为不通过。

访问体验

手机上能读正文，主要文字在首次 HTML 里，入口跳转不超过一次。

L1 必做

手机宽度下正文可读

要求 页面声明 viewport；约 390 像素宽时正文无需横向滚动即可阅读。面向移动优先索引，移动端体验不得明显劣于桌面（可点目标过小、内容被遮挡等）。

检查 读取 meta name=viewport（含 width=device-width）。按约 390px 宽查看主体：正文被挤出、必须横滑，或关键控件不可用，记为不通过。

L1 必做

主要文字在首次 HTML 里

要求 首屏的主要标题和文字写在首次返回的 HTML 中，不依赖打开后再执行脚本才出现。

检查 查看第一次返回的 HTML。主体标题和主要文字都不在这份 HTML 里，记为不通过。

L2 建议

入口跳转不超过一次

要求 【建议偏硬，技术层】用户会访问的入口地址到达最终页，跳转次数应尽量少（建议≤1 次 301/302）。多级跳转链与循环跳转的专项检测见 [重定向链合理（无多级/循环）]。

检查 【自动】请求入口地址并计算 301/302 次数；超过一次记 WARNING/不通过。循环或超长链详见 [重定向链合理（无多级/循环）]。

速度与性能

图片优化、懒加载、CDN 等影响加载与 Core Web Vitals 的可检项。

L2 建议

图片压缩、WebP 与懒加载

要求 内容图片应压缩并优先使用 WebP（或同等现代格式）及合适尺寸；首屏外图片启用懒加载，避免拖慢 LCP。

检查 抽查关键页：大图是否为 WebP/压缩图；img 是否含 loading=lazy 或框架等价懒加载；原图直出或首屏外无懒加载记为不通过。

L2 建议

Core Web Vitals 与性能建议目标（LCP/INP/CLS/PSI/TTFB）

要求 【CWV 硬性倾向；PSI/TTFB 为建议】以 CrUX 或 GSC 体验报告现场数据为准：LCP≤2.5s、INP≤200ms、CLS≤0.1（Google 良好体验阈值）。另建议内部项目管理目标（非 Google 排名硬性门槛）：移动端 PageSpeed 评分≥80、桌面端≥90、TTFB≤800ms。实验室 Lighthouse 仅辅助，不能单独替代现场数据结论。勿再用已退役 FID。

检查 【需 GSC・CrUX・PSI】打开 GSC「体验」/核心网页指标或 CrUX 核对 LCP/INP/CLS；用 PageSpeed Insights 查看移动/桌面分与 TTFB（或 WebPageTest）。CWV「需改进/较差」的关键模板记 FAIL；PSI/TTFB 未达建议记 WARNING（非硬性排名 FAIL）。

L2 建议

静态资源经 CDN 分发

要求 CSS/JS/图片等静态资源应通过 CDN 或等价边缘缓存分发，降低延迟并提升缓存命中。

检查 检查静态资源主机名与响应头（CDN/边缘 POP、缓存命中）。无 CDN 且跨区域访问明显慢记为不通过；纯本地受众站点可注明豁免理由后通过。

分享信息

分享到别处时，标题和摘要应对应这一页。

L2 建议

分享标题和摘要对应本页

要求 页面应配置社媒元标签：至少有 og:title 与 og:description，内容对应本页；建议同时具备 og:url、og:image（及 og:type）。Title 服务 SEO，OG title 可另写分享文案、与 SEO title 分离优化；但不能是另一页或无关整站文案。

检查 读取 og:title、og:description（及建议的 og:url/og:image）。缺 title/description 任一记为不通过；明显另一页或无关文案记为不通过。OG 与 SEO title 不同属正常，不作失败依据。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议

分享图可访问

要求 页面声明 og:image，URL 可打开且最终 200，内容为图片。

检查 读取 og:image 并请求该 URL。缺失或非 200/非图片，记为不通过。

L2 建议

分享 URL 与规范地址一致

要求 若有 og:url，应与本页 canonical/规范地址一致（协议与主机统一）。

检查 对比 og:url 与 canonical 或最终规范 URL。明显指向另一主机或另一页记为不通过。

L2 建议

配置 Twitter Card 元标签

要求 按平台文档配置 Twitter Cards（如 twitter:card、twitter:title、twitter:description、twitter:image）；可与 Open Graph 并存，分享文案可单独优化。

检查 检查 twitter:* meta（或等价）；校验图片 URL 可访问；可用 SEO 插件社媒面板核对。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

图片与媒体

图片文件名/尺寸/可访问性、图片 Sitemap、VideoObject 与图文上下文相关性等媒体 SEO 检查。

L2 建议

图片文件名语义化

要求 【建议】图片文件名应能表达图片内容，避免大量 IMG_001、随机哈希无意义名称（不影响渲染但不利于图片搜索与维护）。

检查 【自动】抽样检查 img src 文件名；大量无语义名称记 WARNING。

L2 建议

图片尺寸适配展示尺寸

要求 【建议】图片原始尺寸应符合实际展示尺寸，避免下载远超显示需求的大图拖慢 LCP（与 [图片压缩、WebP 与懒加载] 互补）。

检查 【自动】对比原始像素与页面渲染/CSS 尺寸；严重过大记 WARNING。

L2 建议

重要图片可被搜索引擎访问

要求 【建议偏硬】重要内容图片不能被 robots.txt 或权限/登录墙错误拦截，应返回可访问的图片响应。

检查 【自动】请求重要图片 URL，检查状态码与 Content-Type；403/被 Disallow 记问题。

L2 建议

图片 Sitemap 或扩展声明

要求 【建议，资源较多时】图片资源较多的网站可提供图片 Sitemap 或 sitemap 图片扩展节点，帮助发现重要图片。非强制所有站 FAIL。

检查 【自动】检查 Sitemap 是否含 image 命名空间节点或独立图片 sitemap；资源多却完全缺失记 WARNING。

L2 建议

视频页配置 VideoObject 结构化数据

要求 【建议】有独立视频内容的页面应配置与可见视频信息一致的 VideoObject（或等效）结构化数据。无视频页 N/A。

检查 【自动+人工】检测视频页 JSON-LD VideoObject 字段与实际视频信息是否一致；缺失或不符记 WARNING。

L2 建议

图片与正文上下文相关

要求 【建议/AI】图片应与所在页面正文主题相关，避免文不对图或堆砌无关图。

检查 【AI+人工】检查图片周围文本、alt 与页面主题匹配度；明显无关记 WARNING。

结构化数据

页面用 JSON-LD 等声明类型与关键字段。

L2 建议

有可用且与可见内容一致的结构化数据

要求 首页或关键页至少有一段可解析的 JSON-LD；按页面类型提供明确 @type（如 Organization/WebSite、Product、Article、BreadcrumbList 等），关键字段齐全。JSON-LD 中声明的实体（价格、评分、作者、面包屑等）必须与页面用户可见内容一致，不得标注页面上看不到的评价或价格。避免使用已废弃或受限类型：HowTo 已废弃、SpecialAnnouncement 已废弃、FAQ 富结果受限；语法正确但内容不符/虚假评价仍可能触发结构化数据手动操作。

检查 抽取 script type=application/ld+json（注意部分 CMS 在客户端注入，仅 curl 可能误判缺失，可辅以渲染型检测）。无法解析或缺失记为不通过。产品页缺 Product、文章缺 Article、有面包屑却无 BreadcrumbList 时记问题。人工比对 schema 字段与可见内容是否一致；发现 HowTo/SpecialAnnouncement 等废弃类型或 FAQ 滥用记问题。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议

结构化数据通过富媒体结果测试

要求 需外站（Google Rich Results Test）。关键页的结构化数据在 Rich Results Test 中应无错误，且不存在易触发结构化数据手动操作的风险（内容与页面不符、虚假评价、过时信息、滥用受限类型）。本项与 [有可用且与可见内容一致的结构化数据] 互补：本项强调外站渲染检测与合规，不单靠 curl 判断「有无 script」。

检查 需外站：将关键 URL 提交 Google Rich Results Test（会渲染 JS），确认检测到预期富结果类型且无错误。结合人工：schema 有 aggregateRating/author 等时核对页面可见对应内容。

缓存

公开页响应头应可被 CDN/边缘缓存；豁免只认专用头。

L2 建议

公开页默认可缓存

要求 【建议偏硬，仅公开营销/内容页】默认抽查的公开营销页、内容页应可被 CDN/边缘缓存。登录页、个性化页、动态用户数据页可合理禁止缓存，应使用 X-Cache-Exempt: 1 标明豁免。不要把 Cache-Control: no-store 当成豁免；对「应缓存的公开页」若带 no-store 且无豁免头，仍记问题。非公开页勿机械判 FAIL。

检查 【自动+人工分类】先判断页面类型。公开营销/内容页：有 X-Cache-Exempt:1 则通过；否则出现 Cache-Control: no-store 或不合理缺缓存头记问题。登录/个性化/用户数据页：允许 no-store，建议带豁免头；勿因个性化页 no-store 判 SEO 失败。

L2 建议

豁免只认 X-Cache-Exempt

要求 【站内约定】不缓存的豁免只认响应头 X-Cache-Exempt: 1；不看正文标记；Cache-Control: no-store 不算豁免依据。适用于「本应缓存却需例外」的公开页；登录/个性化页亦可用该头标明。

检查 【自动】若公开页不可缓存，检查是否带 X-Cache-Exempt: 1。仅有 no-store 而无该头，对公开营销/内容页记不通过。

llms.txt

给大模型读的站点说明文件要存在且结构完整。

L2 建议

存在 /llms.txt

要求 规范主机提供 /llms.txt：HTTP 200、Content-Type 为 text 类、正文非空且非 HTML 错误页。

检查 请求规范主机 /llms.txt。404/5xx/空壳/HTML 错误页记为不通过。

L2 建议

llms.txt 内容完整

要求 按 llmstxt.org：至少含 # 站点/产品名；一段简短说明；至少一个 ## 分组；分组下若干指向站内关键页的 Markdown 链接，抽检可访问。

检查 解析 llms.txt。缺 H1、说明、分组或可用链接，或抽检链接大量失效，记为不通过。

搜索表现与转化

自然搜索流量、CTR、转化与收益、着陆页参与度及索引覆盖异常等效果层监测（多为人工/GA4/GSC，非机检硬性）。

L3 进阶

自然搜索流量监测

要求 【监测/人工，效果层，非机检硬性】定期监控 Organic Traffic（如 GA4），建立基线与异常告警。本项不作为纯 curl 技术通过门槛。

检查 【需 GA4・人工】查看自然搜索会话/用户趋势；无监测或长期无视异常记待建/WARNING。

L3 进阶

搜索 CTR 机会（高曝光低点击）

要求 【监测/人工，效果层，非机检硬性】识别高曝光、低点击页面并优化 Title/Description/富结果。非技术硬性 FAIL。

检查 【需 GSC・人工】用查询与页面报告筛选高展示低 CTR URL，输出优化清单。

L3 进阶

搜索流量转化目标

要求 【监测/人工，效果层，非机检硬性】重要着陆页应有明确转化目标（注册、购买、下载等），并能量化自然搜索带来的转化。

检查 【需 GA4・人工】检查关键事件/转化是否配置，并按渠道查看 organic 转化；缺失目标记待建。

L3 进阶

着陆页参与度表现

要求 【监测/人工，效果层】识别流量高但用户参与度低（高跳出/极短停留等）的着陆页，区分体验问题与意图错配。非硬性机检。

检查 【需 GA4・人工】分析着陆页参与度指标，列出异常页并归因。

L3 进阶

索引覆盖异常（骤降）监测

要求 【监测/人工，效果层】应收录页面的索引数量不能无故大幅下降；需对比 Sitemap URL 与 GSC 索引数据。非单次爬虫错误即 FAIL。

检查 【需 GSC・人工】对比 Sitemap 提交量与「已编入索引」趋势；异常骤降触发诊断（与 [定期监控 404/5xx/noindex 与死链重定向] 联动）。

L3 进阶

SEO 收益与商业价值评估

要求 【监测/人工，效果层，非机检硬性】评估自然搜索带来的注册、收入及商业价值，用于优先级而非单页技术打分。

检查 【需 GA4/订单・人工】归因 organic 转化与收入；无评估框架记待建。

改版与策略门禁

改版、URL 保留等可检流程门禁（非日常页面评分主项时可按站点场景启用）。

L2 建议

内容时效性标识与实质更新（翻新旧文）

要求 对仍有流量或战略价值的旧文章定期复核并做实质更新：更新数据、补全过时段落、修正失效链接与内链，保留有效 URL。页面应有可核对的时效性标识（如可见「更新日期」），且该日期应反映内容实质修改而非仅样式改版或自动刷新。

检查 抽查高价值旧文的「更新日期」与内容相对外部事实是否过时；长期未维护且信息错误记为不通过。核对可见更新日期是否与正文实质改动一致；仅改日期无实质更新记问题。

L3 进阶

建设可引用的资料与工具资产

要求 制作适合被引用的资料、清单、小工具或数据汇总页，便于外部站点自然链接引用。

检查 确认站内存在至少一类可引用资产页（公开可访问、有独特数据/工具价值）；完全缺失记为不通过（早期站点可标为待建提醒）。

L3 进阶

社媒品牌主页与内容分发

要求 在主要社交平台搭建品牌主页，分发内容以增加品牌曝光与可核验提及。

检查 打开官网标注的社媒链接，确认主页存在、归属本品牌且近期有更新；死链、空号或从未分发记为不通过。

L2 建议

第三方内容编辑监督与规模化低质防控

要求 【人工/策略，内容层】对用户生成、嘉宾投稿、联盟/采集或大规模生产的内容须有编辑监督与质量门槛；禁止规模化产出对用户几乎无独特价值的低质或近似重复页（含纯 AI 改写重组、模板化换词）。发现规模化低质应有下架、noindex 或合并整改。交叉参见 [避免低价值 AI 批量内容] 与 [禁止 Doorway Pages]。

检查 【人工】审查内容生产流程是否有审核；抽查批量页是否具备独特数据、分析或视角；识别模板化段落与重复结构。大面积近似模板且无增量价值记高风险 WARNING/FAIL。

L1 必做

禁止针对 AI 的 cloaking 与操纵性内容

要求 【硬性倾向，安全/策略交叉】不得对普通用户与 AI 爬虫展示实质性不同的内容（AI 变体 cloaking）；不得使用生成式 AI 批量生产无用户价值、仅为占据 AI 答案/Overview 的页面。试图操纵 AI Overviews/AI Mode 同样适用搜索垃圾政策。与 [禁止恶意伪装跳转（用户 vs 搜索引擎欺骗）]（搜索引擎 vs 用户欺骗跳转/黑帽）区分：本项侧重 AI/生成式答案操纵与 AI 爬虫差异投喂。

检查 【自动+人工】对比同一 URL 对普通 UA 与 GPTBot/ClaudeBot 返回 HTML 是否有实质性差异（排除正常响应式）。审查批量页独特价值。存在「专门骗 AI 引用」的隐藏块或投喂页记 FAIL。黑帽用户欺骗跳转见 [禁止恶意伪装跳转（用户 vs 搜索引擎欺骗）]。

L3 进阶

关键词蚕食检测

要求 【建议/监测，内容+策略层】多个页面不应无意中争夺同一个核心关键词。映射阶段见 [关键词调研与落地页映射]；本项侧重上线后监测。发现蚕食应合并、改意图或差异化主词。

检查 【自动+人工・需 GSC】统计关键词与 URL 对应关系，识别多页同时承接同一主词/高度重叠查询；结合 GSC 查询报告验证。互抢记 WARNING。

L2 建议

页面主题一致性（Title/H1/正文/URL）

要求 【建议，内容层】Title、H1、正文和 URL 应围绕同一个核心主题，避免题文不符或 URL 与主题脱节。

检查 【自动+AI】提取各元素关键词/主题向量，计算相关性；明显不一致记 WARNING。

L3 进阶

长尾关键词覆盖

要求 【建议/策略，非硬性】核心页面应覆盖有价值的相关长尾词与搜索需求；属内容规划指标，勿因未覆盖某长尾直接 FAIL 整站。

检查 【人工+数据】对照关键词库识别未覆盖的有价值长尾；输出缺口清单与优先级。

L3 进阶

SEO 审计三层架构与状态语义

要求 【建议/元规则，勿单一通过率】检查体系应分三层：（1）技术 SEO—搜索引擎能否访问/抓取/理解/索引；（2）内容 SEO—是否有搜索价值与意图匹配；（3）SEO 效果—流量、排名与商业转化。不要把所有项塞进一个简单通过率。状态建议统一为 PASS/FAIL/WARNING/MANUAL/N/A/ERROR；其中 ERROR 表示检测执行失败，不等于网站 SEO 不合格（ERROR⊠FAIL）。自动化类型建议在文案中标明自动/AI/人工。本项为体系说明，通常 MANUAL/N/A 于单页机检。

检查 【人工/流程】核对审计报告是否按技术/内容/效果分层呈现；确认 ERROR 与 FAIL 分列，且建议项不以硬性 FAIL 主导总分。未分层或把 API 超时当 FAIL 记待改进。

L3 进阶

建议建设专题页聚合主题词

要求 【建议】建议建设专题/主题聚合页（topic hub），把相关内容、工具或作品按主题聚合，承接主题词与中长尾需求，并内链到详情页。勿将本条当作硬性 FAIL；无专题页可记建议/WARNING。

检查 抽查是否存在专题/合集/分类聚合页；检查是否有主题词落地与内链到相关详情。缺失时记建议补齐，不因无专题页单独 FAIL。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L2 建议

搜索词结果页须有可发现列表入口

要求 【建议偏硬，UGC/工具站】用户搜索词对应的结果页若需收录，须有列表/索引入口页供爬虫发现，并支持可爬分页；不能仅靠站内搜索框、无链接可达。与 links.crawlable-pagination、content.dynamic-title-h1-for-query-pages 配合。

检查 检查热门/历史搜索结果 URL 是否能从 Discover、标签、sitemap 或静态列表链入；无入口的孤立搜索结果 URL 记问题；分页入口缺失记建议/不通过（视站点依赖搜索落地程度）。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L3 进阶

工具站首页首屏放核心工具入口

要求 【建议/体验】工具站首页首屏（above the fold）应放置核心工具入口，降低到达成本、提升停留；勿将本条当作硬性 SEO FAIL，属体验与转化建议。

检查 打开首页在常见桌面/移动首屏高度内，是否可见核心工具入口或主 CTA。缺失记建议，不单独 FAIL。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L3 进阶

首页展示持续更新的最新作品列表

要求 【建议】UGC/作品类站点首页宜展示持续更新的最新作品/内容列表，利于爬虫发现新 URL、传递新鲜度信号。勿将本条当作硬性 FAIL；可用 WARNING/建议。

检查 检查首页是否有最新列表且条目 URL 可爬；抽查列表是否随时间更新。完全静态无新内容入口时记建议。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

L3 进阶

品牌无空格词与通用带空格词兼容

要求 【建议】搜索入口页、工具页的 Title/H1/Description 需兼容品牌无空格词与通用带空格词（例如 BrandName vs brand name），避免只覆盖一种写法导致另一类查询落地弱。勿因未同时出现两种写法就硬性 FAIL；搜索入口页类优先检查。

检查 对照站点品牌词与通用词，检查 Title/H1/Description 是否至少覆盖主需求写法，或通过独立落地页分别承接。明显只覆盖一种且另一类无入口时记建议。 来源：哥飞评站 StickerBaker（web.cafe tutorial gfxyjE1sz4ErfjDvP2kgFz；镜像 juejin 7342140095787237413）。

SEO 安全与垃圾风险

隐藏文字与链接、关键词堆砌、Doorway、恶意跳转/伪装、被黑内容、垃圾外链与站群重复等高优先级搜索垃圾风险。

L1 必做

禁止隐藏文字与隐藏链接

要求 【硬性，安全层】不得使用隐藏关键词、隐藏链接操纵排名（如同色文字、off-screen、零字号、aria 滥用藏链等）。属 Google 垃圾内容政策高优先级问题。

检查 【自动+人工】检测可疑隐藏样式/链接；抽查 DOM 与可见性。发现操纵性隐藏记 FAIL。

L1 必做

禁止关键词堆砌

要求 【硬性倾向，安全/内容交叉】正文不能不自然地重复关键词或堆砌无关词。轻微优化留白与恶意堆砌区分：后者 FAIL，前者 WARNING。

检查 【AI+自动】检测关键词密度异常、列表式堆砌、页脚重复词墙；明显不自然记 FAIL。

L1 必做

禁止 Doorway Pages

要求 【硬性，安全层】不得批量建立内容高度相似、只替换城市或关键词的入口页以劫持搜索流量。与 [第三方内容编辑监督与规模化低质防控]、[避免低价值 AI 批量内容] 交叉。

检查 【AI+自动】聚类近似模板页（城市/关键词替换）；大规模门口页模式记 FAIL。

L1 必做

禁止恶意伪装跳转（用户 vs 搜索引擎欺骗）

要求 【硬性，安全层】搜索引擎与普通用户不能被引导到不同的欺骗性页面（经典 cloaking / 恶意跳转）。与 [禁止针对 AI 的 cloaking 与操纵性内容]（侧重 AI 爬虫/生成式答案操纵）区分：本项偏搜索引擎 vs 用户的黑帽欺骗跳转。

检查 【自动+人工】对比 Googlebot UA 与普通 UA 的最终 URL/实质内容；检测条件跳转、sneaky redirect。欺骗性差异记 FAIL。

L1 必做

检查网站被黑与恶意注入

要求 【硬性，安全层】不得存在黑链、隐藏垃圾页、恶意注入内容或被黑后的垃圾 SEO 页面。

检查 【自动+人工・需 GSC】扫描异常页面/外链脚本、GSC 安全问题；发现黑链或注入记 FAIL 并应急清理。

L3 进阶

监控垃圾/有毒外链

要求 【监测/人工，安全层】监控异常外链增长及人工处置/钓鱼式垃圾外链；必要时拒绝链接。非单条外链即 FAIL。

检查 【需 GSC/外链工具・人工】观察外链增速与来源质量；异常爆发启动审核与拒绝流程。

L1 必做

禁止站群批量重复内容抢流量

要求 【硬性倾向，安全层】不应通过多个网站批量复制相同内容争夺搜索流量。站群若主题分化须有实质差异内容。

检查 【AI+人工】跨站点正文相似度抽样；多站批量复制记高风险 FAIL。

无法自检项目

这些要登录站外后台、查看台账或分析工具，打开网页判断不了。

提交与监测

搜索控制台提交、索引报错巡检、死链清理与定期全站审计等运维检查项。

L3 进阶

GSC/Bing 提交 sitemap 并处理抓取

要求 已在 Google Search Console 与必应站长工具完成站点验证；主动提交 sitemap；对重要 URL 使用抓取诊断/URL 检查，必要时请求重新抓取；关注收录、点击、排名与报错。

检查 登录 GSC 与 Bing Webmaster：确认 sitemap 提交成功且无长期致命错误；抽查关键 URL 的索引覆盖与重新抓取/检查记录。未验证、未提交 sitemap，或重要页长期异常未处理，记为不通过。

L3 进阶

定期监控 404/5xx/noindex 与死链重定向

要求 【建议/运维，技术+效果交叉】定期检查 GSC/Bing 与服务器日志中的 404、5xx、被误 noindex 的应收录页；清理死链与错误重定向。持续大量 5xx 另见 [服务器错误率（5xx）可控]；索引骤降见 [索引覆盖异常（骤降）监测]。

检查 【需 GSC・人工】查阅索引与体验报告、404/5xx 日志，列出新增问题并核对修复或从 sitemap/内链移除。无巡检节奏或明显堆积未处理记不通过。

L3 进阶

定期全站 SEO 巡检审计

要求 按约定周期（如月/季）审计技术配置、收录变化、新断链与内容回退，发现问题及时修复并留存记录。

检查 核验最近一次审计报告或清单勾选与修复记录；超过约定周期无审计，或已知严重问题未跟进，记为不通过。

改版与策略门禁

改版、URL 保留等可检流程门禁（非日常页面评分主项时可按站点场景启用）。

改版保留已收录 URL

L3 进阶

要求

已上线站点改版时，已存在且被收录/有外链的 URL 不要改动，以免丢失收录与外链。

检查

改版前后 URL 映射审计；对比 GSC 已收录 URL 与新站路由；如必须变更则需 301（文中强调「不要改」，检查为流程门禁）。

关键词调研与落地页映射

L3 进阶

要求

【建议/策略层】完成核心词与长尾词调研，并按页面分配唯一主承接（落地页/博客/问答）；规划阶段避免多页抢同一主词。上线后的蚕食监测、主题一致性与长尾覆盖见 [关键词蚕食检测]、[页面主题一致性（Title/H1/正文/URL）]、[长尾关键词覆盖]；排名监测见 [重要落地页关键词排名监测（7/28/90 天）]。

检查

【人工】查阅关键词⊠URL 映射表；抽查主词是否一对一落地并有内容扩展计划。无映射或明显互抢记 WARNING/不通过。蚕食的持续监测勿仅依赖本项，应配合独立监测项。

外链建设与品牌提及补链

L3 进阶

要求

通过客座文章、行业名录、媒体发稿与合作站点获取外链；监控品牌提及，对提到品牌但未加链接的页面联系对方补链。

检查

核验外链获取台账与品牌提及监控结果；抽查近期已上线外链或补链沟通记录。长期无建设与监控动作记为不通过。

改善跳出与停留等体验信号

L3 进阶

要求

持续优化首屏价值表达与页面可读性，改善跳出率与停留时长等用户信号（结合分析工具，而非单次实验室分数）。

检查

在分析工具中查看关键着陆页跳出/停留趋势；对异常差的页面有优化记录。无监测或关键页长期恶化未处理记为不通过。