

Контрастные карточки для новорождённых

16 чёрно-белых карточек: по две на листе А4. Разрежьте лист пополам по меткам — получится карточка формата А5.

Почему чёрно-белые

Новорождённый видит размыто и лучше всего различает крупные контрастные границы — чёрное на белом. Цвета он начинает различать к 2–3 месяцам, а основные цвета — к 4–6 месяцам. Поэтому в первые месяцы малыш дольше рассматривает чёрно-белые фигуры, мишени и полосы.

Как показывать

1. Держите карточку на расстоянии 20–30 см от лица малыша — на этом расстоянии он видит чётче всего.
2. Показывайте одну карточку за раз, 10–30 секунд, пока малышу интересно. Когда он отворачивается или начинает капризничать — закончите.
3. Медленно ведите карточку из стороны в сторону, чтобы малыш следил за ней глазами. Начинайте с 1–2 месяцев.
4. Меняйте карточки каждые несколько дней. Можно поставить одну сбоку от кровати или пеленального столика.
5. Сначала давайте простые фигуры: мишень, лицо, шахматку. Полосы, спираль и волны — когда малыш уверенно фиксирует взгляд.

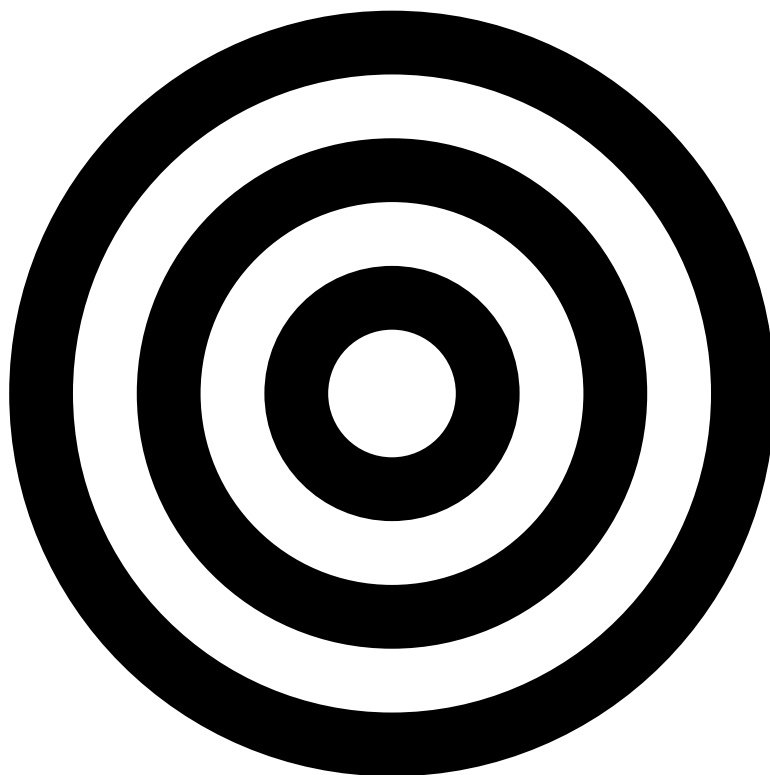
Когда показать малыша офтальмологу

- К 2–3 месяцам малыш не задерживает взгляд на лице и не следит за игрушкой.
- После 4–6 месяцев глаз часто отклоняется к носу или в сторону.
- Зрачок выглядит белым или мутным, в том числе на фото со вспышкой, — к врачу срочно.

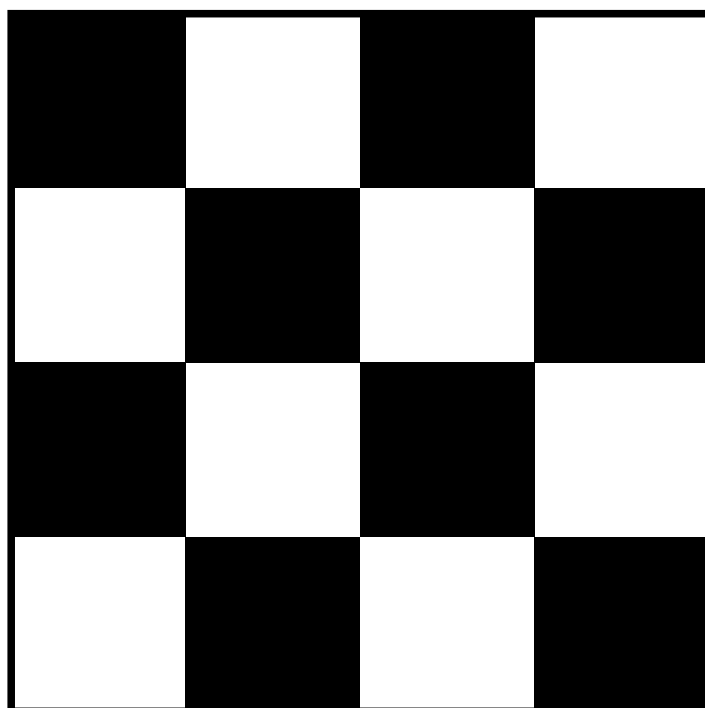
Совет: распечатайте на плотной бумаге или заламинируйте — карточки прослужат дольше, их можно протирать.



Проверьте: линия должна быть ровно 10 см. Печатайте в масштабе 100% («Реальный размер»).



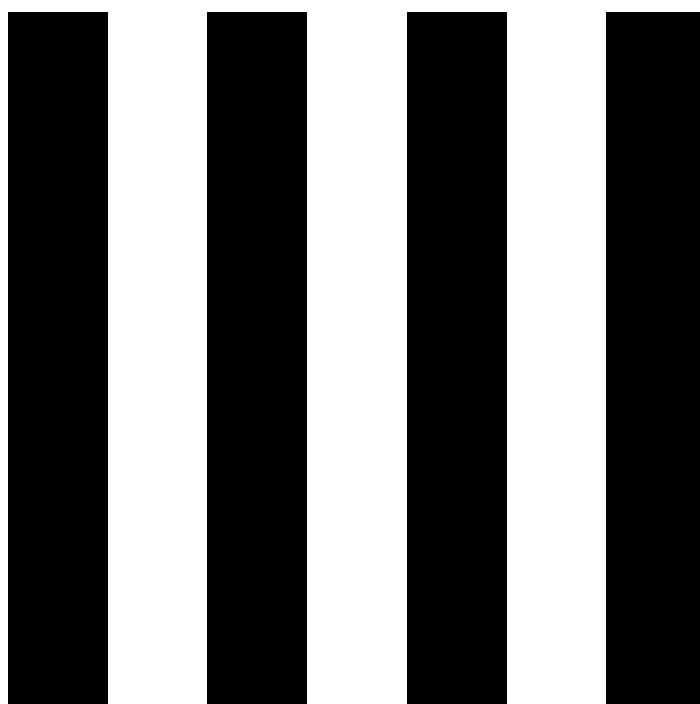
1/16 · Мишень · 20-20-20.ru



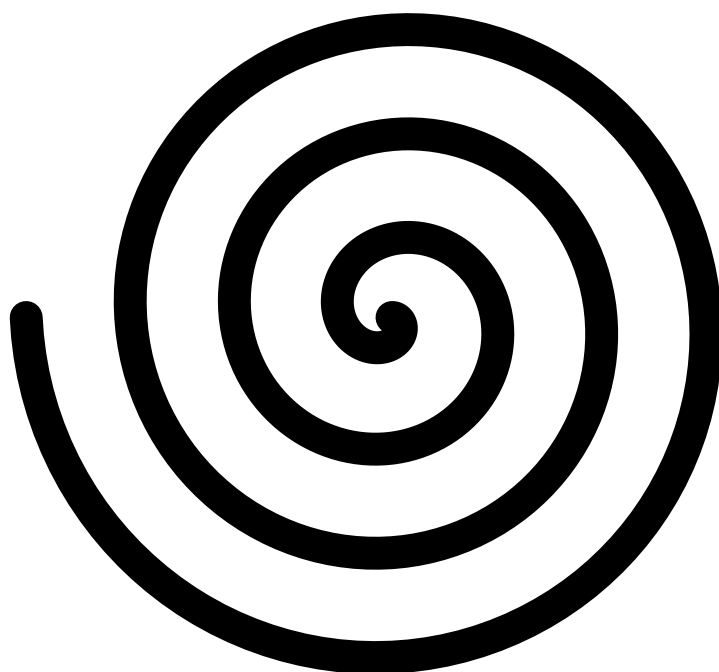
2/16 · Шахматка · 20-20-20.ru



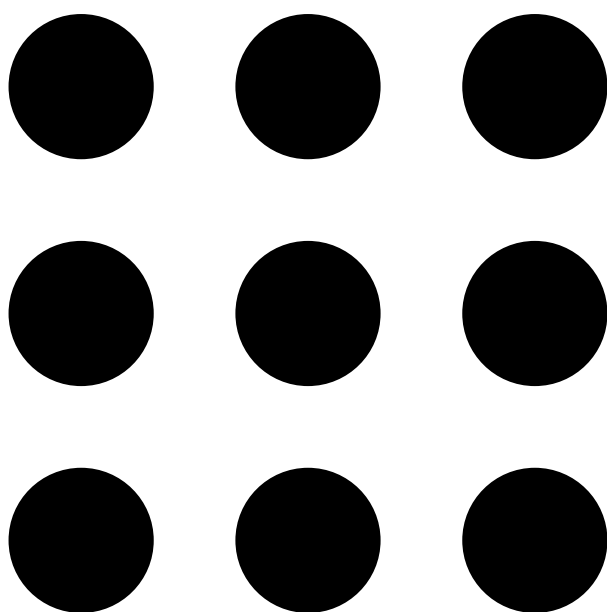
3/16 · Лицо · 20-20-20.ru



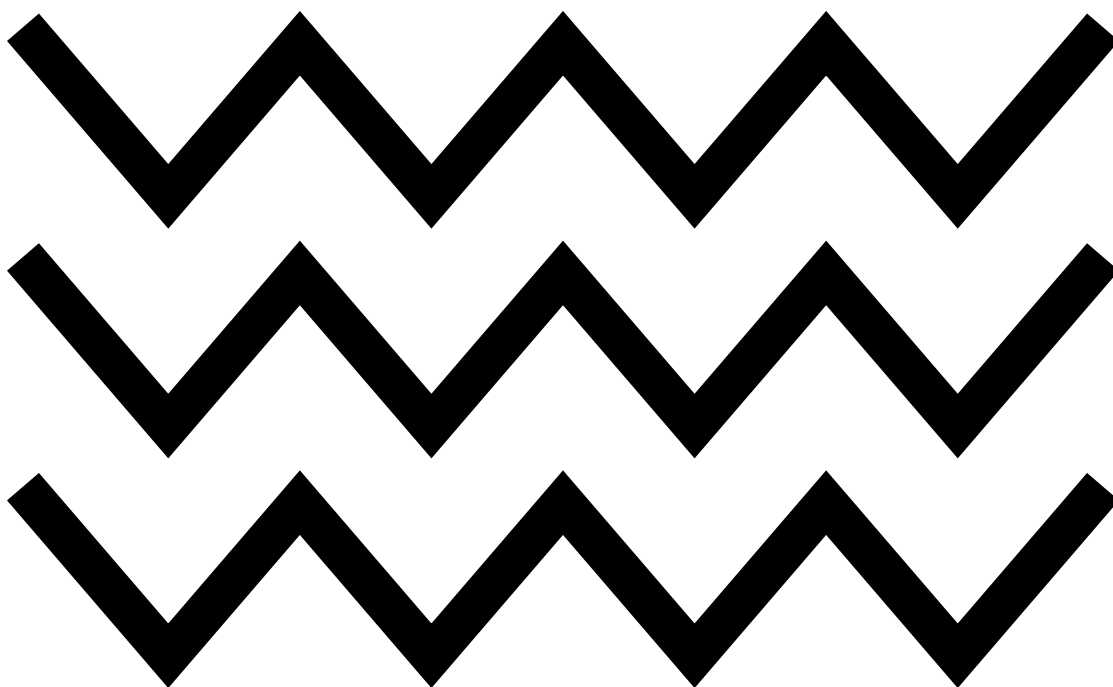
4/16 · Вертикальные полосы · 20-20-20.ru



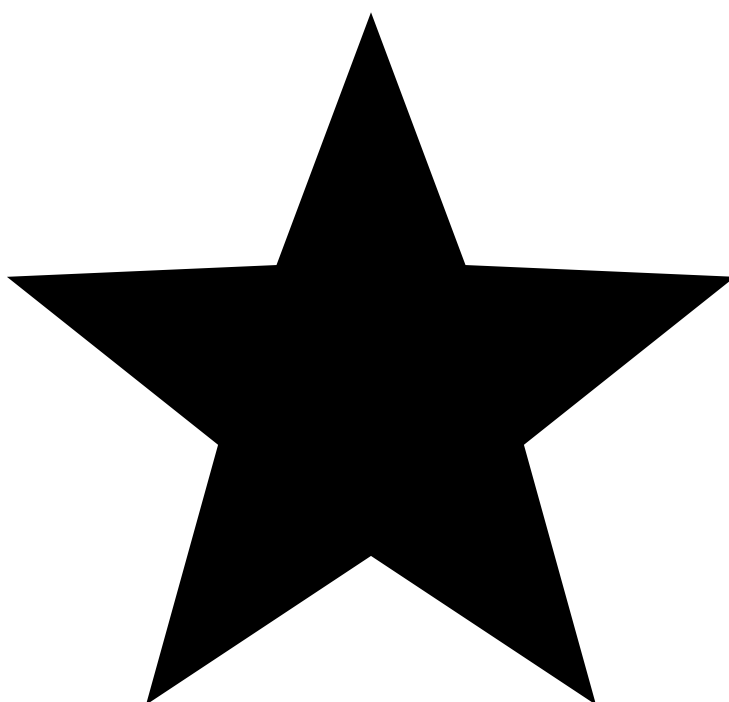
5/16 · Спираль · 20-20-20.ru



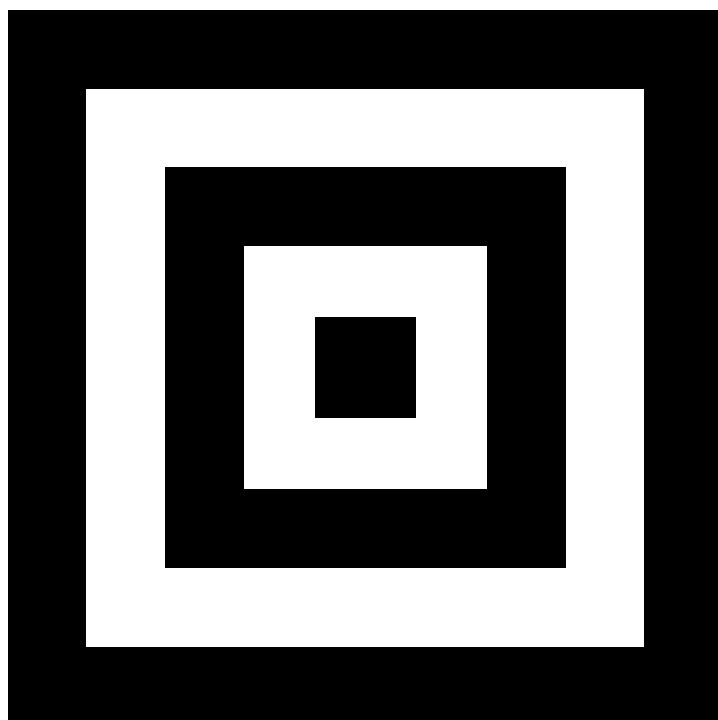
6/16 · Горошек · 20-20-20.ru



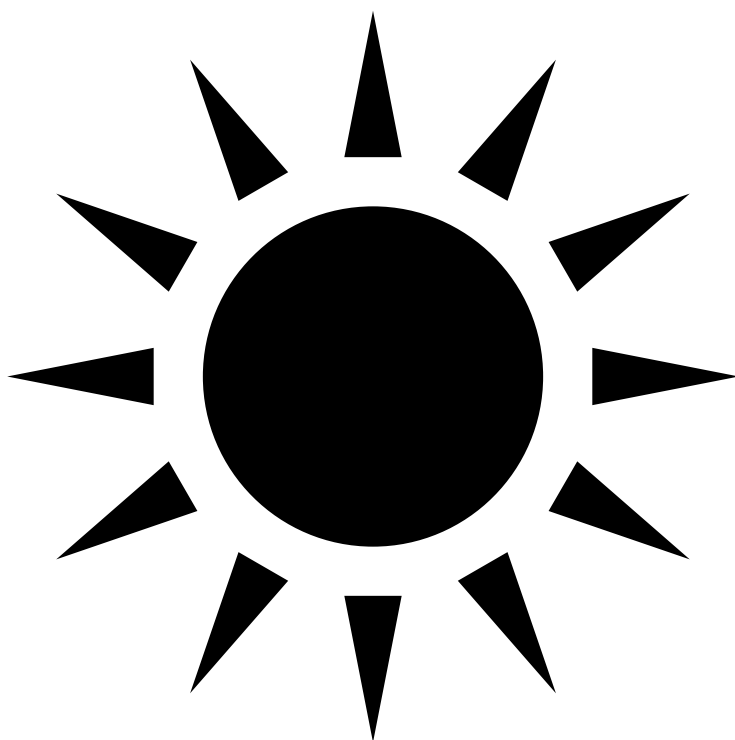
7/16 · Зигзаг · 20-20-20.ru



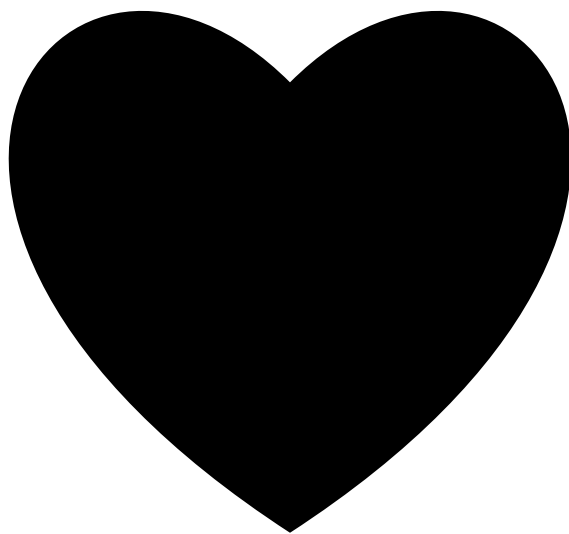
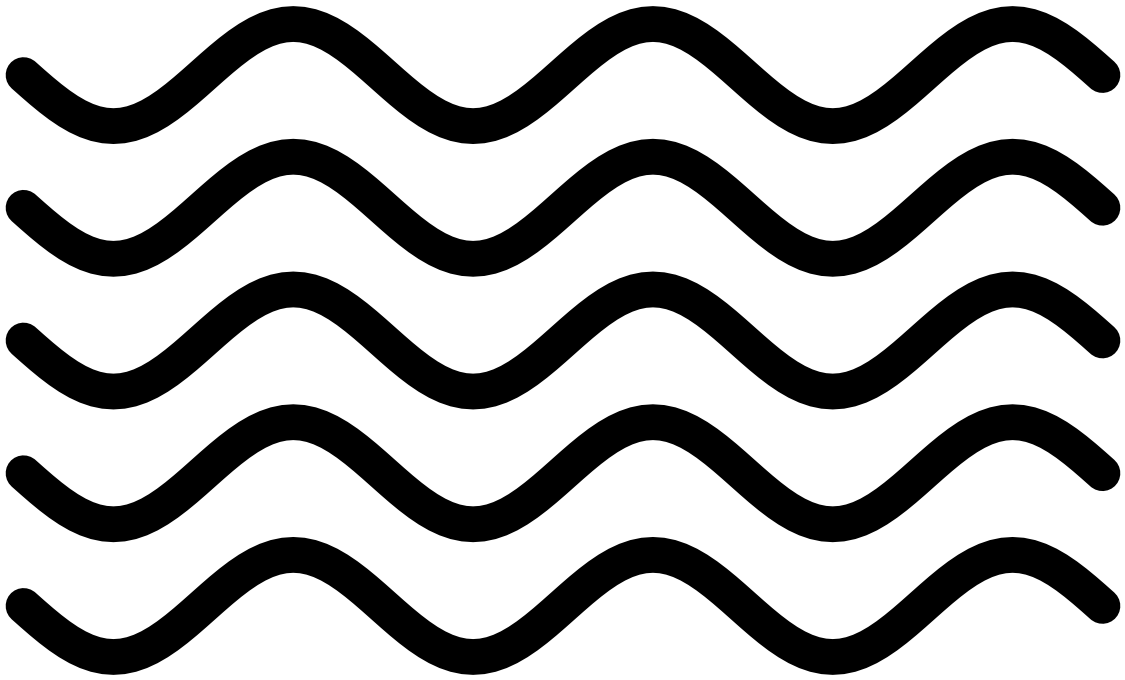
8/16 · Звезда · 20-20-20.ru

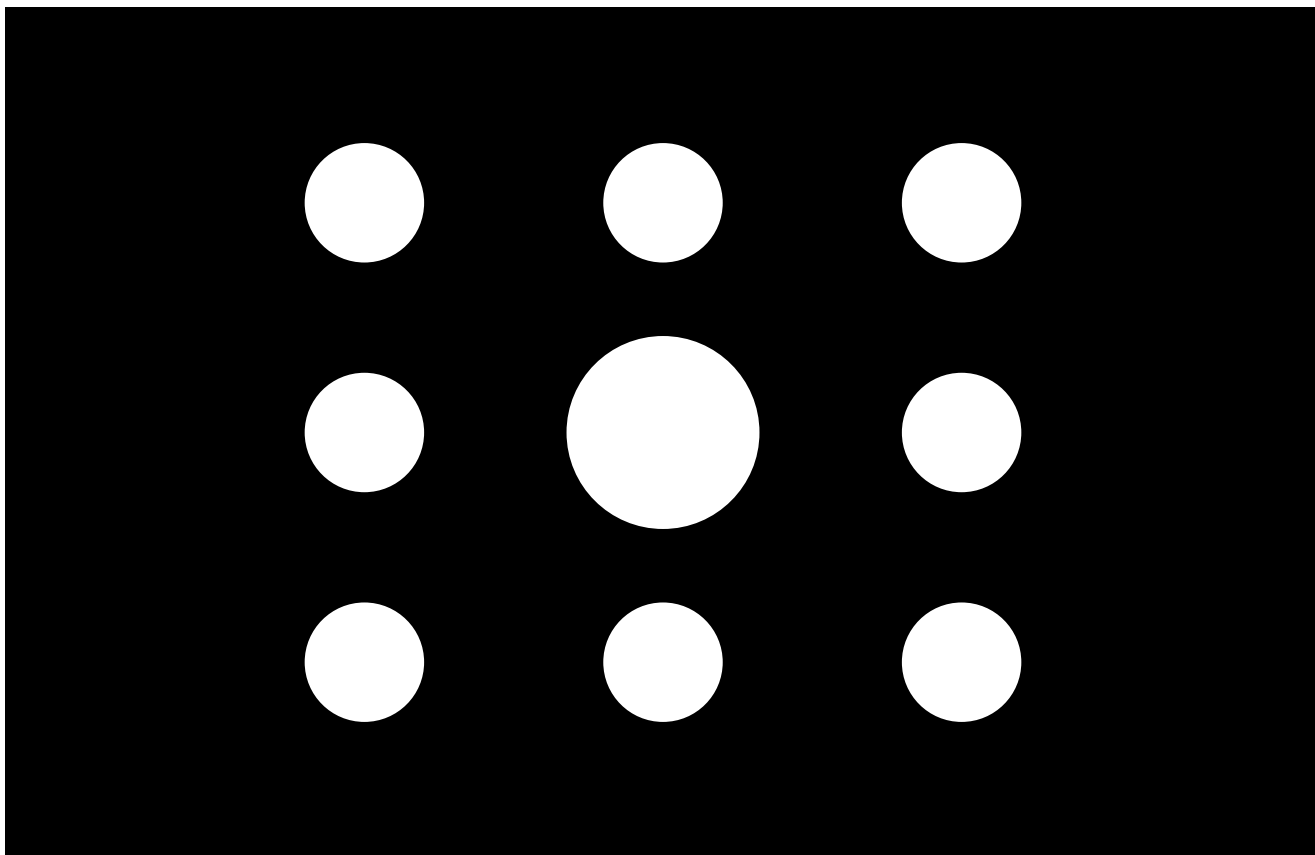


9/16 · Квадраты в квадрате · 20-20-20.ru

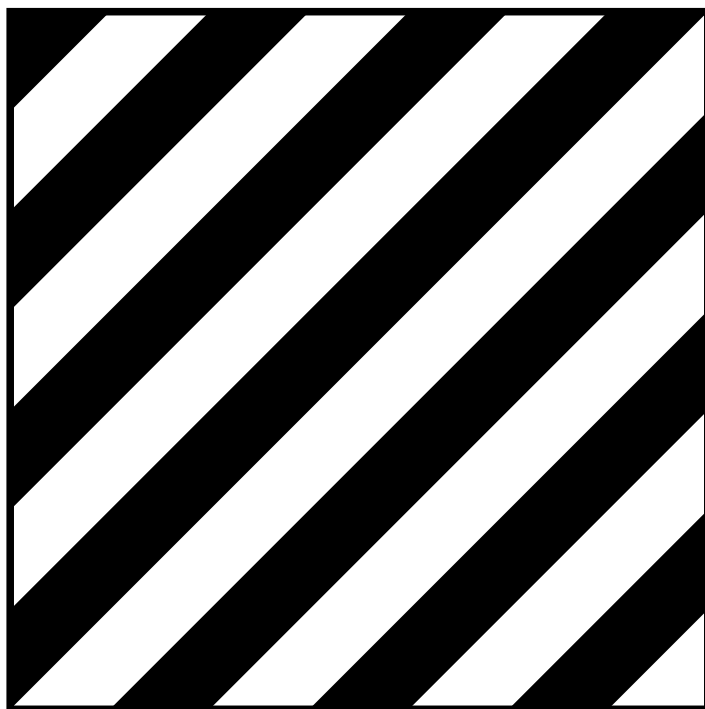


10/16 · Солнце · 20-20-20.ru

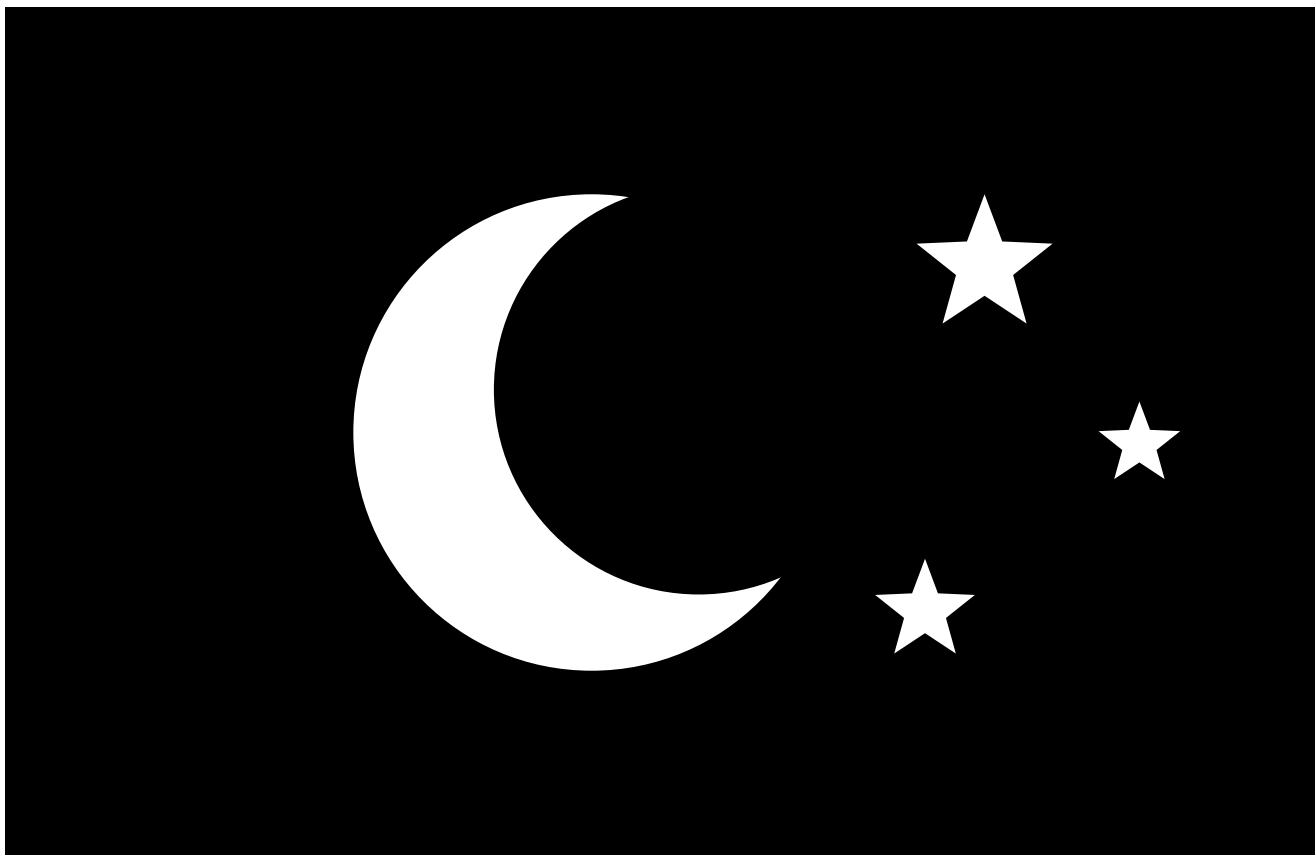




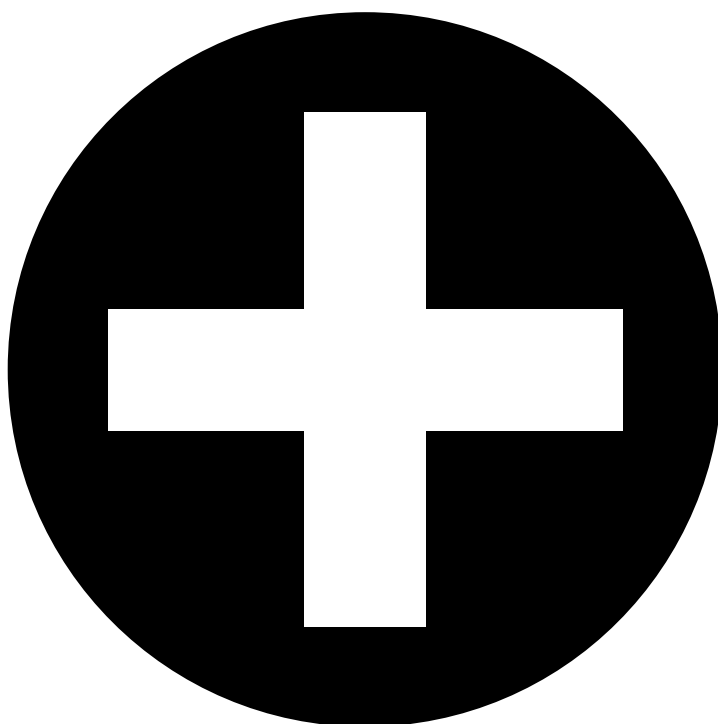
13/16 · Белые круги на чёрном · 20-20-20.ru



14/16 · Диагональные полосы · 20-20-20.ru



15/16 · Луна и звёзды · 20-20-20.ru



16/16 · Крест и круг · 20-20-20.ru