

КАК НАУЧИТЬСЯ РАССМАТРИВАТЬ СТЕРЕОКАРТИНКИ

Для того чтобы увидеть объемное изображение на стереокартинке, нужно немного потренироваться и, возможно, попробовать разные способы рассматривания. Зато когда вы научитесь видеть на стереограммах трехмерное изображение, то уже не захотите расстаться с волшебным миром 3D-картинок!

СПОСОБЫ:

1. Расположите карандаш или ручку на расстоянии 5—7 см перед изображением, сосредоточьте взгляд на самом кончике и плавно перемещайте его вперед-назад. Благодаря этому картинка начнет размываться, и вскоре вы увидите объемное изображение.
2. Разместите стереограмму на расстоянии примерно 10 см от лица. Сфокусируйте взгляд на ней, после чего расслабьте мышцы глаз, как будто смотрите сквозь картинку. Сначала рисунок расплывется, однако в скором времени перед глазами должно возникнуть четкое трехмерное изображение.
3. Разместите стереограмму на расстоянии около 20 см от лица. Как можно медленнее приближайте ее настолько, чтобы взгляд уже не мог сфокусироваться на каком-то одном элементе и изображение размылось. Приблизив картинку вплотную, не отводя глаз от изображения, начните медленно и плавно ее отдалять, сохраняя расфокусировку зрения.

Просмотр стереокартинок — отличная гимнастика для уставших глаз. Это занятие, как и приведенные ниже специальные упражнения для профилактики зрительных нарушений, улучшает кровообращение глазных мышц, повышает проводимость нервных волокон, стимулирует насыщение тканей глазного яблока кислородом, тренирует аппарат фокусировки.













