

ทะเบียนภูมิปัญญาท้องถิ่น
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดหนองใหญ่ศิริธรรม อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี

1. ประวัติ

1.1 ประวัติส่วนตัว

ชื่อ นางสาว นามสกุล นิลตะโก ชื่อเล่น คุณยายเสนาะ
เลขบัตรประจำตัวประชาชน 3-2003-00011-92-2
เกิดวันที่ 26 มกราคม 2486
จังหวัดที่เกิด นครปฐม
ที่อยู่ปัจจุบัน (ที่สามารถติดต่อได้) 225/1 หมู่ 6 ตำบลหนองใหญ่ อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี

1.2 ประวัติครอบครัว

ชื่อบิดา นายผุด นิลตะโก	บิดาอาชีพ - อายุ เสียชีวิต
ชื่อมารดา นางหม่อม นิลตะโก	มารดาอาชีพ - อายุ เสียชีวิต
ชื่อสามี -	

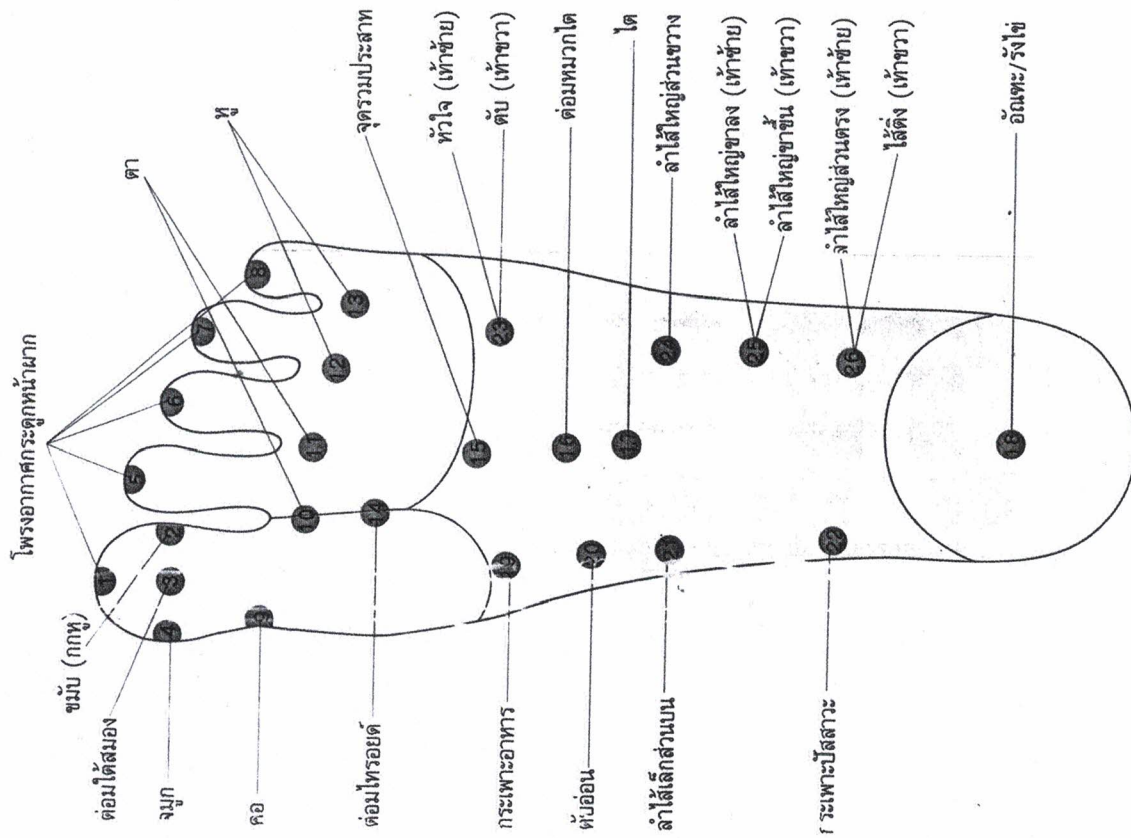
2. ประวัติชีวิตและผลงาน

2.1 ความเชี่ยวชาญภูมิปัญญาด้าน

- () เกษตรกรรม
- () อุตสาหกรรมและหัตถกรรม
- (✓) การแพทย์แผนไทย
- () การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
- () กองทุนและธุรกิจชุมชน
- () ศิลปกรรม
- () ภาษาและวรรณกรรม
- () ดนตรี และนาฏศิลป์ไทย
- () ปรัชญา ศาสนา และประเพณี
- () โภชนาการ



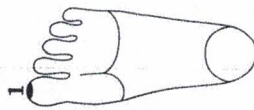
ภาพแสดงตำแหน่งที่กดจุด 26 จุดเกี่ยวกับอวัยวะต่างๆ ของฝ่าเท้า



หน้า 84/1 หน้า

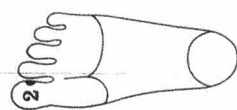
จุดที่ 1

โพรงอากาศกระดูกหน้าอก ให้กดที่บริเวณปลายนิ้วหัวแม่มือหรือเท้า



จุดที่ 2

ขมับ (กกหู) ให้กดที่บริเวณข้างนิ้วหัวแม่มือเท้าด้านนอก

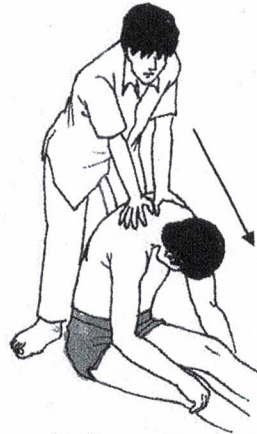


3. การดัดยืดตัว

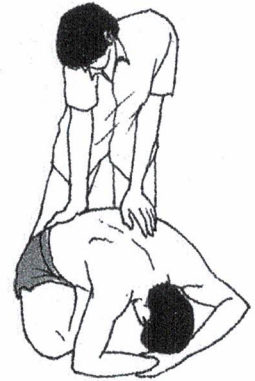
1) ส่วนเอว



ซ้อนแขนดึงตัวขึ้น

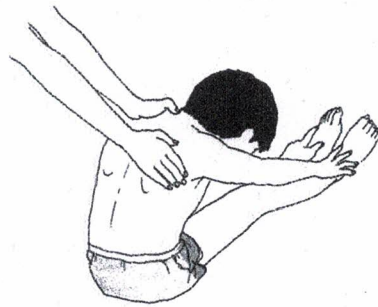


พับตัวกดหลังลง



กดหลัง 2 จังหวะ

2) นวดดัดตัวช่วงไหล่



เหยียดขาตรง กดไหล่ แล้วให้กลับนั่งขัดสมาธิ
แล้วดำเนินการกดไหล่ ดัดช่วงลำคอต่อไป

3) ใช้ศอกกดไหล่ 2 ข้าง



ใช้ศอกกดไหล่ทีละข้าง เพื่อใช้ลำแขนอีกข้างดัดลำคอ

4) ดัดลำตัว

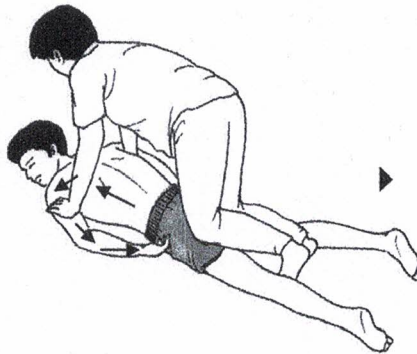


ยกไหล่บิดลำตัว ซ้าย-ขวา



จับแขนกดลำคอ บิดลำตัว ซ้าย-ขวา

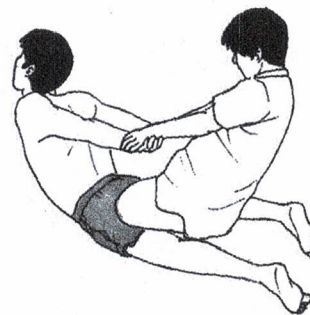
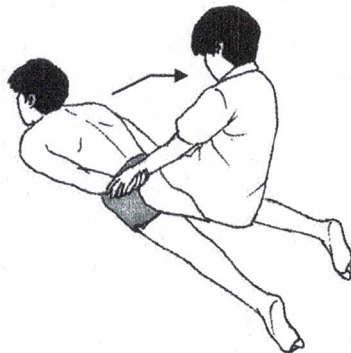
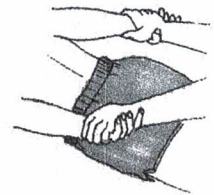
5) นอนคว่ำดึงลำตัว



คลายจากเอวถึงฝ่ามือ



มัดข้อนิ้วตม



ให้นอนคว่ำเพื่อดึงลำตัว
ตามลำดับภาพ

การฝึกหัดดัดและดึงลำตัวเพื่อการยืดบิดลำตัวนี้จะต้องค่อยๆ ทำอย่างระมัดระวัง ทำในวงแคบๆ ก่อน เมาๆ แล้วค่อยดึงหนักขึ้น กว้างขึ้น อย่างช้าๆ ค่อยเป็นค่อยไป โดยเฉพาะบุคคลที่มีอาการปวดหลัง ช่วงเอวและสะโพกไม่ควรใช้การดัดหลัง ดึงแอ่น อย่างทำข้างล่างนี้เด็ดขาด เพราะจะทำให้เกิดการอักเสบได้



ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดหนองใหญ่ศิริธรรม

ขอแสดงความขอบคุณ

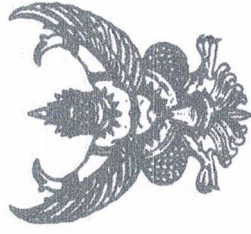
นางเสนาะ นิลตะโก

ที่ได้เข้าร่วมโครงการ สายใยรักในครอบครัว
โดยการเป็นวิทยากร การวาดแผนที่ไทย
เป็นเวลา ๘ ชั่วโมง

ให้ไว้ ณ. วันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๕๒

นางปรารธนา วรรณภูมิ
หัวหน้าศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก

เลขที่ ๑๖๒/๒๕๕๔



กระทรวงศึกษาธิการ ใบสำคัญฉบับนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า

นางเสาวภา นิตตะโก

ได้รับการฝึกวิชา

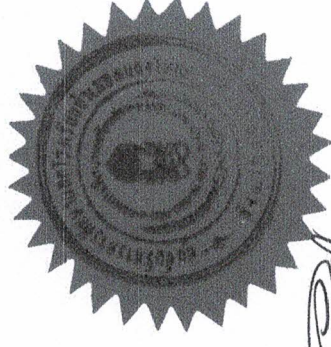
การถอดแผนไทย

เป็นเวลา ๓๐ ชั่วโมง

จาก ศูนย์บริการการศึกษาหอวังโรงเรียนอัสสัมชัญในประเทศไทย ในความอำนวยการของกระทรวงศึกษาธิการ
ระหว่างวันที่ ๓๐ เดือน กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๕๔ ถึงวันที่ ๒๘ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๔

ขอให้ผู้มีส่วสวัสดิ์ดีเจริญเทอญ

ให้ไว้ ณ วันที่ ๒๘ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๔



Corny

เจ้าพนักงานทะเบียน

ตำแหน่ง

ผู้อำนวยการสถานศึกษา สังกัดกระทรวงศึกษาธิการ

ทะเบียนภูมิปัญญาท้องถิ่น
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดหนองใหญ่ศิริธรรม อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี



1. ประวัติ

1.1 ประวัติส่วนตัว

ชื่อ นางสาวจิต นามสกุล ทรงโฉม ชื่อเล่น ป้าจิต

เลขบัตรประจำตัวประชาชน 3-2007-00189-92-3

เกิดวันที่ 28 กรกฎาคม 2494

จังหวัดที่เกิด ชลบุรี

ที่อยู่ปัจจุบัน (ที่สามารถติดต่อได้) 332 หมู่ 4 ตำบลหนองใหญ่ อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี

1.2 ประวัติครอบครัว

ชื่อบิดา นายฮก สุขประเสริฐ บิดาอาชีพ - อายุ เสียชีวิต

ชื่อมารดา นางสาวออย สุขประเสริฐ มารดาอาชีพ - อายุ เสียชีวิต

ชื่อสามี -

2. ประวัติชีวิตและผลงาน

2.1 ความเชี่ยวชาญภูมิปัญญาด้าน

- () เกษตรกรรม
- () อุตสาหกรรมและหัตถกรรม
- () การแพทย์แผนไทย
- () การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
- () กองทุนและธุรกิจชุมชน
- () ศิลปกรรม
- () ภาษาและวรรณกรรม
- () ดนตรี และนาฏศิลป์ไทย
- () ปรัชญา ศาสนา และประเพณี
- (✓) โภชนาการ

ทะเบียนภูมิปัญญาท้องถิ่น
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดหนองใหญ่ศิริธรรม อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี



1. ประวัติ

1.1 ประวัติส่วนตัว

ชื่อ นางวันดอน นามสกุล นิจนิรันดร์กุล ชื่อเล่น ป้าดร
เลขบัตรประจำตัวประชาชน 3-2003-00185-24-6
เกิดวันที่ 20 พฤษภาคม 2494
จังหวัดที่เกิด ชลบุรี
ที่อยู่ปัจจุบัน (ที่สามารถติดต่อได้) 27 หมู่ 1 ตำบลหนองใหญ่ อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี

1.2 ประวัติครอบครัว

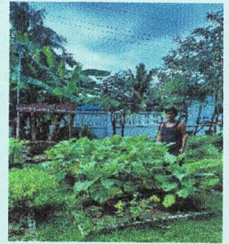
ชื่อบิดา นายบุญเลิศ เดชประยูร บิดาอาชีพ - อายุ
ชื่อมารดา นางยุพา เดชประยูร มารดาอาชีพ - อายุ
ชื่อสามี -

2. ประวัติชีวิตและผลงาน

2.1 ความเชี่ยวชาญภูมิปัญญาด้าน

- (✓) เกษตรกรรม
- () อุตสาหกรรมและหัตถกรรม
- () การแพทย์แผนไทย
- () การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
- () กองทุนและธุรกิจชุมชน
- () ศิลปกรรม
- () ภาษาและวรรณกรรม
- () ดนตรี และนาฏศิลป์ไทย
- () ปรัชญา ศาสนา และประเพณี
- () โภชนาการ

ทะเบียนภูมิปัญญาท้องถิ่น
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดหนองใหญ่ศิริธรรม อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี



1. ประวัติ

1.1 ประวัติส่วนตัว

ชื่อ นายมนต์ชัย

นามสกุล จันทรเกตุ

ชื่อเล่น ลุงถึก

เลขบัตรประจำตัวประชาชน 4-2003-00001-52-6

เกิดวันที่ 17 กันยายน 2513

จังหวัดที่เกิด ชลบุรี

ที่อยู่ปัจจุบัน (ที่สามารถติดต่อได้) 555 หมู่ 5 ตำบลหนองใหญ่ อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี

1.2 ประวัติครอบครัว

ชื่อบิดา นายเพียร จันทรเกตุ

บิดาอาชีพ - อายุ เสียชีวิต

ชื่อมารดา นางสาวกร จันทรเกตุ

มารดาอาชีพ - อายุ เสียชีวิต

ชื่อสามี -

2. ประวัติชีวิตและผลงาน

2.1 ความเชี่ยวชาญภูมิปัญญาด้าน

(✓) เกษตรกรรม

() อุตสาหกรรมและหัตถกรรม

() การแพทย์แผนไทย

() การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

() กองทุนและธุรกิจชุมชน

() ศิลปกรรม

() ภาษาและวรรณกรรม

() ดนตรี และนาฏศิลป์ไทย

() ปรัชญา ศาสนา และประเพณี

() โภชนาการ

ทะเบียนภูมิปัญญาท้องถิ่น
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดหนองใหญ่ศิริธรรม อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี

1. ประวัติ

1.1 ประวัติส่วนตัว

ชื่อ นางวันเพ็ญ นามสกุล นาวันปกาสิตย์ ชื่อเล่น หมวย
เลขบัตรประจำตัวประชาชน 3-2003-00105-56-1
เกิดวันที่ 23 ธันวาคม 2513
จังหวัดที่เกิด ชลบุรี
ที่อยู่ปัจจุบัน (ที่สามารถติดต่อได้) 26 หมู่ 1 ตำบลหนองใหญ่ อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี

1.2 ประวัติครอบครัว

ชื่อบิดา นายนิคม แซ่จู บิดาอาชีพ - อายุ 80 ปี
ชื่อมารดา นางนวลจันทร์ แซ่จู มารดาอาชีพ - อายุ 76 ปี
ชื่อสามี นายสมหมาย นาวันปกาสิตย์

2. ประวัติชีวิตและผลงาน

2.1 ความเชี่ยวชาญภูมิปัญญาด้าน

- () เกษตรกรรม
- (✓) อุตสาหกรรมและหัตถกรรม
- () การแพทย์แผนไทย
- () การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
- () กองทุนและธุรกิจชุมชน
- () ศิลปกรรม
- () ภาษาและวรรณกรรม
- () ดนตรี และนาฏศิลป์ไทย
- () ปรัชญา ศาสนา และประเพณี
- () โภชนาการ