

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования "Пермский
государственный национальный исследовательский
университет"

Авторы-составители: **Ерофеева Елена Валентиновна**

Программа производственной практики
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА
Код УМК 99359

Утверждено
Протокол №10
от «09» июня 2022 г.

Пермь, 2022

1. Вид практики, способ и форма проведения практики

Вид практики **производственная**

Тип практики **практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности**

Способ проведения практики **стационарная**

Форма (формы) проведения практики **дискретная**

2. Место практики в структуре образовательной программы

Производственная практика « Научно-исследовательская работа » входит в базовую часть Блока « М.2 » образовательной программы по направлениям подготовки (специальностям):

Направление: **45.04.01** Филология

направленность **Современные филологические исследования**

Цель практики :

Цель научно-исследовательской работы - систематизация, расширение и закрепление профессиональных знаний, интеграция профессиональных теоретических знаний и практических навыков, освоение навыков ведения самостоятельной научной работы.

Задачи практики :

- теоретическое обоснование и раскрытие сущности категорий, явлений и проблем по избранной теме выпускной квалификационной работы;
- планирование научного исследования и его проведение;
- анализ собранного материала и его обработка в соответствии с методами и методиками научного анализа;
- развитие умения систематизировать и обобщать полученные результаты, разработка научно обоснованных выводов и интерпретация полученных результатов;
- демонстрация соответствующих компетенций магистра и апробация полученных результатов исследования.

3. Перечень планируемых результатов обучения

В результате прохождения практики **Научно-исследовательская работа** у обучающегося должны быть сформированы следующие компетенции:

45.04.01 Филология (направленность : Современные филологические исследования)

ОПК.2 Способен использовать в профессиональной деятельности, в том числе педагогической, знания современной научной парадигмы в области филологии и динамики ее развития, системы методологических принципов и методических приемов филологического исследования

Индикаторы

ОПК.2.1 Имеет представление о современной научной парадигме в области филологии и динамике ее развития

ПК.3 Способен проводить научные исследования в избранной предметной области

Индикаторы

ПК.3.1 Анализирует специальные научные знания и исследования в своей предметной области

ПК.3.2 Проводит под руководством специалиста оригинальное научное исследование в своей предметной области

УК.6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

Индикаторы

УК.6.1 Оценивает собственные ресурсы (временные, личностные, психологические)

УК.6.2 Управляет собственными ресурсами (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация)

4. Содержание и объем практики, формы отчетности

Научно-исследовательская работа магистранта – обязательный и значимый раздел основной образовательной программы магистратуры. Научно-исследовательская работа магистранта – это самостоятельная работа студента, различная по форме и содержанию, направленная на формирование, развитие и закрепление компетенций, необходимых для будущей профессиональной исследовательской деятельности. Успешность выполнения научно-исследовательской работы демонстрирует глубину понимания будущей профессиональной деятельности, а также позволяет оценить уровень теоретический подготовленности магистра.

Направления подготовки	45.04.01 Филология (направленность: Современные филологические исследования)
форма обучения	очная
№№ триместров, выделенных для прохождения практики	1,2,3,4,5
Объем практики (з.е.)	19
Объем практики (ак.час.)	684
Форма отчетности	Зачет (1 триместр) Зачет (2 триместр) Экзамен (3 триместр) Зачет (4 триместр) Экзамен (5 триместр)

Примерный график прохождения практики

Количество часов	Содержание работ	Место проведения
Научно-исследовательская работа магистра		
144	Научно-исследовательская работа магистранта – обязательный и значимый раздел основной образовательной программы магистратуры. Научно-исследовательская работа магистранта – это самостоятельная работа студента, различная по форме и содержанию, направленная на формирование, развитие и закрепление компетенций, необходимых для будущей профессиональной исследовательской деятельности. Успешность выполнения научно-исследовательской работы демонстрирует глубину понимания будущей профессиональной деятельности, а также позволяет оценить уровень теоретический подготовленности магистра.	ПГНИУ
Планирование научного исследования		
144	Определение научной проблемы и ее актуальности. Формулировка темы исследования. Определение предмета, целей и задач исследования. Выдвижение гипотезы исследования. Полевые, экспериментальные и источниковедческие исследования. Типы и виды источников. Определение типа исследования.	ПГНИУ

Количество часов	Содержание работ	Место проведения
	<p>Требования к отчету за 1 период Тема исследования и ее обоснование – 1-2 стр. (научная проблема и ее актуальность; предмет исследования; цель и задачи исследования)</p>	
Методология научного исследования		
144	<p>Методология лингвистического исследования. Выбор методов исследования. Планирование материала исследования и его объема. Формирование корпуса материалов для исследования: выбор стимулов, планирование выборки информантов, подбор источников и т. п. Формирование исследовательского протокола.</p> <p>Требования к отчету за 2 период</p> <p>Общий план исследования – 1-3 стр. (описание материал исследования; выборки информантов; образец исследовательского протокола)</p>	ПГНИУ
Проведение научного исследования		
216	<p>Проведение пилотного исследования и его цель. Анализ ошибок в пилотном исследовании. Корректировка плана и методов исследования. Реализация основного исследовательского этапа. Оформление полученных результатов. Методы анализа результатов: лингвистические, статистические. Выбор методов анализа результатов. Виды представления полученных результатов. Интерпретация результатов. Описание полученных результатов.</p> <p>Требования к отчету за 3 период: 1. Методы исследования – 2–3 стр. (обзор методов, которые применяются для исследования выбранной научной проблемы; рассмотрение особенностей отдельных методов и разновидностей методов исследования; обоснование выбора методов исследования, которые будут применяться в работе) 2. Проведение пилотного эксперимента (исследования) – 2–3 стр. (описание особенностей проведения эксперимента (исследования); описание применяемых технических устройств (при необходимости); представление материалов пилотного эксперимента (исследования)).</p>	ПГНИУ
Теоретические основы исследования		
108	<p>Теоретические основы работы и их представление в тексте научной работы. Определение проблемы исследования. Определение аспектов проблемы исследования. Исторический ракурс проблемы. Основные направления по</p>	ПГНИУ

Количество часов	Содержание работ	Место проведения
	<p>изучению проблемы. Точки зрения на проблему исследования в научном сообществе. Сопоставление различных подходов и точек зрения на проблему исследования. Обоснование выбранной теоретической позиции. Определение основных понятий и терминов, используемых в работе. Теоретическое осмысление результатов собственного исследования. Планирование теоретической главы работы. Формулировка заголовков. Создание текста теоретической главы.</p> <p>Требование к отчету за 4 период:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. План теоретической части работы – 1 стр. 2. Проблема исследования – 4–5 стр. (исторический ракурс научной проблемы; обзор подходов к научной проблеме и теоретических аспектов исследования; обоснование выбора тех аспектов, которые будут рассматриваться в работе). 3. Глоссарий базовых терминов – 4–5 терминов. 	
Оформление научного исследования		
72	<p>Основные требования к тексту научной работы. Жанры научных работ: тезисы, статья, доклад, презентация и т. п. Написание и редактирование текста научной работы. Особенности оформления различных жанров научных работ. Требования к выпускной квалификационной работе магистра. Общие требования к оформлению текста работы: формат, поля, шрифт, кегль, абзац, интервал и т. п. Оформление оглавления работы. Оформление основных частей работы. Требования к оформлению рисунков (схем, графиков) в работе. Требования к оформлению таблиц в работе. Оформление приложения. Оформление титульного листа.</p> <p>Требование к отчету за 5 период:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. План практической части работы – 1 стр. 2. Образец оформления Библиографического списка – 10–15 наименований. 3. Образец оформления таблицы. 4. Образец оформления рисунка. 	ПГНИУ

5. Перечень учебной литературы, необходимой для проведения практики

Основная

1. Жгилева Л. А. Информационная культура исследователя/Л. А. Жгилева.-Москва:Колос-с,2018, ISBN 978-5-00129-001-8.-245. <https://elis.psu.ru/node/511867>
2. Пустынникова, Е. В. Методология научного исследования : учебное пособие / Е. В. Пустынникова. — Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 126 с. — ISBN 978-5-4486-0185-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. <http://www.iprbookshop.ru/71569.html>

Дополнительная

1. Михалкин, Н. В. Методология и методика научного исследования : учебное пособие для аспирантов / Н. В. Михалкин. — Москва : Российский государственный университет правосудия, 2017. — 272 с. — ISBN 978-5-93916-548-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. <http://www.iprbookshop.ru/65865.html>
2. Астанина, С. Ю. Научно-исследовательская работа студентов (современные требования, проблемы и их решения) : монография / С. Ю. Астанина, Н. В. Шестак, Е. В. Чмыхова. — Москва : Современная гуманитарная академия, 2012. — 156 с. — ISBN 978-5-8323-0832-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. <http://www.iprbookshop.ru/16934>
3. Научно-исследовательская работа : практикум / составители Е. П. Кузнеченков, Е. В. Соколенко. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2016. — 246 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. <http://www.iprbookshop.ru/66064.html>

6. Перечень ресурсов сети «Интернет», требуемых для проведения практики

Для проведения практики использование ресурсов сети «Интернет» не предусмотрено.

7. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики

Образовательный процесс по практике **Научно-исследовательская работа** предполагает использование следующего программного обеспечения и информационных справочных систем:

1. презентационные материалы;
2. доступ в режиме on-line в Электронную библиотечную систему (ЭБС);
3. доступ в электронную информационно-образовательную среду университета.

Перечень необходимого лицензионного и (или) свободно распространяемого программного обеспечения:

1. офисный пакет приложений;
2. приложение, позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов;
3. программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель);
4. программа просмотра интернет контента (браузер).

При освоении материала и выполнения заданий по дисциплине рекомендуется использование материалов, размещенных в Личных кабинетах обучающихся ЕТИС ПГНИУ (**student.psu.ru**).

При организации дистанционной работы и проведении занятий в режиме онлайн могут использоваться:

- система видеоконференцсвязи на основе платформы BigBlueButton (<https://bigbluebutton.org/>).
- система LMS Moodle (<http://e-learn.psu.ru/>), которая поддерживает возможность использования текстовых материалов и презентаций, аудио- и видеоконтент, а так же тесты, проверяемые задания, задания для совместной работы.
- система тестирования Indigo (<https://indigotech.ru/>).

8. Описание материально-технической базы, необходимой для проведения практики

Самостоятельная работа требует использования аудиторий, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет», а также доступом в электронную информационно-образовательную среду университета. Самостоятельная работа предполагает посещение Научной библиотеки ПГНИУ.

Помещения научной библиотеки ПГНИУ для обеспечения самостоятельной работы обучающихся:

1. Научно-библиографический отдел, корп.1, ауд. 142. Оборудован 3 персональными компьютера с доступом к локальной и глобальной компьютерным сетям.
2. Читальный зал гуманитарной литературы, корп. 2, ауд. 418. Оборудован 7 персональными компьютерами с доступом к локальной и глобальной компьютерным сетям.
3. Читальный зал естественной литературы, корп.6, ауд. 107а. Оборудован 5 персональными компьютерами с доступом к локальной и глобальной компьютерным сетям.
4. Отдел иностранной литературы, корп.2 ауд. 207. Оборудован 1 персональным компьютером с доступом к локальной и глобальной компьютерным сетям.
5. Библиотека юридического факультета, корп.9, ауд. 4. Оборудована 11 персональными компьютерами с доступом к локальной и глобальной компьютерным сетям.

6. Читальный зал географического факультета, корп.8, ауд. 419. Оборудован 6 персональными компьютерами с доступом к локальной и глобальной компьютерным сетям.

Все компьютеры, установленные в помещениях научной библиотеки, оснащены следующим программным обеспечением:

Операционная система ALT Linux;

Офисный пакет Libreoffice.

Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Практика для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов проводится с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

При определении места практики для инвалидов и лиц с ОВЗ учитываются рекомендации медико-социальной экспертизы, отраженные в индивидуальной программе реабилитации инвалида, относительно рекомендованных условий и видов труда.

По запросу обучающихся с ОВЗ и инвалидностью для прохождения практики создаются специальные рабочие места в соответствии с характером нарушений здоровья, а также с учетом профессии, характера труда, выполняемых инвалидом трудовых функций.

Форма отчета для первого семестра в приложенном документе.

Форма отчета для второго семестра в приложенном документе.

Форма отчета для третьего семестра в приложенном документе.

Форма отчета для четвертого семестра в приложенном документе.

Форма отчета для пятого семестра в приложенном документе.

Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Планируемые результаты обучения по дисциплине для формирования компетенции. Индикаторы и критерии их оценивания

ОПК.2

Способен использовать в профессиональной деятельности, в том числе педагогической, знания современной научной парадигмы в области филологии и динамики ее развития, системы методологических принципов и методических приемов филологического исследования

Индикатор	Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения
<p>ОПК.2.1 Имеет представление о современной научной парадигме в области филологии и динамике ее развития</p>	<p>Знает современную научную парадигму в области филологии; умеет анализировать динамику ее развития; владеет терминологическим аппаратом основных направлений современной филологии.</p>	<p style="text-align: center;">Неудовлетворительно</p> <p>Не знает современной научной парадигмы в области филологии; не умеет анализировать динамику ее развития; не владеет терминологическим аппаратом основных направлений современной филологии.</p> <p style="text-align: center;">Удовлетворительно</p> <p>Поверхностно знает современную научную парадигму в области филологии; под руководством преподавателя умеет анализировать динамику ее развития; допускает многочисленные грубые ошибки в использовании терминологического аппарата основных направлений современной филологии.</p> <p style="text-align: center;">Хорошо</p> <p>Знает современную научную парадигму в области филологии; при консультативной помощи преподавателя умеет анализировать динамику ее развития; допускает отдельные неточности в использовании терминологического аппарата некоторых основных направлений современной филологии.</p> <p style="text-align: center;">Отлично</p> <p>Знает современную научную парадигму в области филологии; умеет анализировать динамику ее развития; владеет терминологическим аппаратом основных направлений современной филологии.</p>

ПК.3

Способен проводить научные исследования в избранной предметной области

Индикатор	Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения

<p>ПК.3.1 Анализирует специальные научные знания и исследования в своей предметной области</p>	<p>Знает современные научные концепции в области филологии; умеет отбирать и анализировать научные источники по теме своего научного исследования; владеет понятийным аппаратом своей предметной области.</p>	<p>Неудовлетворительно Не знает современных научных концепций в области филологии; не умеет отбирать и анализировать научные источники по теме своего научного исследования; не владеет понятийным аппаратом своей предметной области.</p> <p>Удовлетворительно Знает отдельные современные научные концепции в области филологии; под руководством научного руководителя умеет отбирать и анализировать научные источники по теме своего исследования; допускает многочисленные грубые ошибки в использовании понятийного аппарата своей предметной области.</p> <p>Хорошо Знает современные научные концепции в области филологии; при консультативной помощи научного руководителя умеет отбирать и анализировать научные источники по теме своего исследования; допускает отдельные неточности в использовании понятийного аппарата своей предметной области.</p> <p>Отлично Знает современные научные концепции в области филологии; умеет отбирать и анализировать научные источники по теме своего научного исследования; владеет понятийным аппаратом своей предметной области.</p>
<p>ПК.3.2 Проводит под руководством специалиста оригинальное научное исследование в своей предметной области</p>	<p>Знает методологию научных исследований; умеет продуцировать и обосновывать собственные научные идеи; владеет культурой научной речи.</p>	<p>Неудовлетворительно Не знает принципов методологии научного исследования; не умеет продуцировать и обосновывать собственные научные идеи; не владеет культурой научной речи.</p> <p>Удовлетворительно Знает некоторые принципы методологии научного исследования; умеет продуцировать, но затрудняется обосновывать собственные научные идеи; допускает многочисленные погрешности в научной речи.</p> <p>Хорошо Знает основные принципы методологии научного исследования; умеет продуцировать и обосновывать собственные</p>

		<p style="text-align: center;">Хорошо</p> <p>научные идеи; допускает отдельные погрешности в научной речи.</p> <p style="text-align: center;">Отлично</p> <p>Знает принципы методологии научного исследования; умеет продуцировать и обосновывать собственные научные идеи; владеет культурой научной речи.</p>
--	--	---

УК.6

Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

Индикатор	Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения
<p>УК.6.1 Оценивает собственные ресурсы (временные, личностные, психологические)</p>	<p>Знает виды ресурсов человека: временные, личностные, психологические; умеет диагностировать временные, личностные, психологические ресурсы; владеет навыком оценки потенциала собственных временных, личностных, психологических ресурсов.</p>	<p style="text-align: center;">Неудовлетворительно</p> <p>Не знает виды ресурсов человека: временных, личностных, психологических; не умеет диагностировать временные, личностные, психологические ресурсы; не владеет навыком оценки потенциала собственных временных, личностных, психологических ресурсов.</p> <p style="text-align: center;">Удовлетворительно</p> <p>Знает отдельные виды ресурсов человека: временные, личностные, психологические; умеет диагностировать временные, ИЛИ личностные, ИЛИ психологические ресурсы; затрудняется оценивать потенциал собственных временных, личностных, психологических ресурсов.</p> <p style="text-align: center;">Хорошо</p> <p>Знает виды ресурсов человека: временные, личностные, психологические; в целом умеет диагностировать временные, личностные, психологические ресурсы, но допускает неточности; владеет навыком оценки потенциала собственных временных, личностных, психологических ресурсов.</p> <p style="text-align: center;">Отлично</p> <p>Знает виды ресурсов человека: временные, личностные, психологические; умеет диагностировать временные, личностные, психологические ресурсы; владеет навыком оценки потенциала собственных временных, личностных, психологических ресурсов.</p>
<p>УК.6.2 Управляет собственными</p>	<p>Знает механизмы управления собственными ресурсами (тайм-менеджмент, стресс-</p>	<p style="text-align: center;">Неудовлетворительно</p> <p>Не знает механизмов управления собственными ресурсами (тайм-менеджмент,</p>

<p>ресурсами (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация)</p>	<p>менеджмент, самопрезентация); уметь планировать распределение собственных ресурсов (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация); владеет навыком эффективного использования собственных ресурсов (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация).</p>	<p>Неудовлетворительно стресс-менеджмент, самопрезентация); не умеет планировать распределение собственных ресурсов (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация); не владеет навыком эффективного использования собственных ресурсов (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация).</p> <p>Удовлетворительно Знает отдельные механизмы управления собственными ресурсами (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация); умеет планировать распределение некоторых собственных ресурсов (тайм-менеджмент, ИЛИ стресс-менеджмент, ИЛИ самопрезентация); затрудняется эффективно использовать собственные ресурсы (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация).</p> <p>Хорошо Знает основные механизмы управления собственными ресурсами (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация); в целом умеет планировать распределение собственных ресурсов (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация); владеет навыком эффективного использования собственных ресурсов (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация).</p> <p>Отлично Знает механизмы управления собственными ресурсами (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация); умеет планировать распределение собственных ресурсов (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация); владеет навыком эффективного использования собственных ресурсов (тайм-менеджмент, стресс-менеджмент, самопрезентация).</p>
--	---	--

Оценочные средства

Вид мероприятия промежуточной аттестации : Зачет

Способ проведения мероприятия промежуточной аттестации : Письменное контрольное

мероприятие

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации :

1

Показатели оценивания

Отчет не сдан, ИЛИ составлен в не установленной форме, ИЛИ не содержит сведения о выбранной теме исследования, ИЛИ не содержит краткий план исследовательской работы.	Незачтено
Отчет состоит из 2 страниц, составлен в установленной форме, содержит сведения о выбранной теме исследования, обоснование темы исследования, краткий план исследовательской работы.	Зачтено

Оценочные средства

Вид мероприятия промежуточной аттестации : Зачет

Способ проведения мероприятия промежуточной аттестации : Письменное контрольное мероприятие

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации :

1

Показатели оценивания

Отчет не сдан, ИЛИ составлен в не установленной форме, ИЛИ не содержит сведения о материале исследования, выборке информантов, ИЛИ не образец исследовательского протокола.	Незачтено
Отчет состоит из 2-3 страниц, составлен в установленной форме, содержит сведения о материале исследования, выборке информантов, содержит образец исследовательского протокола.	Зачтено

Оценочные средства

Вид мероприятия промежуточной аттестации : Экзамен

Способ проведения мероприятия промежуточной аттестации : Письменное контрольное мероприятие

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации :

4

Показатели оценивания

Отчет не сдан, ИЛИ составлен в не установленной форме, ИЛИ отсутствует более 1 пункта отчета, ИЛИ имеются грубые ошибки в оформлении.	Неудовлетворительно
Отчет составлен в установленной форме, но есть ошибки в оформлении ИЛИ отсутствует один из пунктов отчета.	Удовлетворительно
Отчет составлен в установленной форме, содержит все пункты, однако в оформлении наблюдаются недочеты.	Хорошо
Отчет составлен в установленной форме, содержит все пункты, недочеты отсутствуют.	Отлично

Оценочные средства

Вид мероприятия промежуточной аттестации : Зачет

Способ проведения мероприятия промежуточной аттестации : Письменное контрольное мероприятие

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации :

4

Показатели оценивания

Отчет не сдан, ИЛИ составлен в не установленной форме, ИЛИ не содержит план теоретической части работы, исторический ракурс проблемы, ИЛИ обзор аспектов рассмотрения проблемы и глоссарий терминов.	Незачтено
Отчет состоит из 5-6 страниц, составлен в установленной форме, содержит план теоретической части работы, исторический ракурс проблемы, обзор аспектов рассмотрения проблемы и глоссарий терминов.	Зачтено

Оценочные средства

Вид мероприятия промежуточной аттестации : Экзамен

Способ проведения мероприятия промежуточной аттестации : Письменное контрольное мероприятие

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации :

4

Показатели оценивания

Отчет не сдан, ИЛИ составлен в не установленной форме, ИЛИ отсутствует более 1 пункта отчета, ИЛИ имеются грубые ошибки в оформлении.	Неудовлетворительно
Отчет составлен в установленной форме, но есть ошибки в оформлении ИЛИ отсутствует один из пунктов отчета.	Удовлетворительно
Отчет составлен в установленной форме, содержит все пункты, однако в оформлении наблюдаются недочеты.	Хорошо
Отчет составлен в установленной форме, содержит все пункты, недочеты отсутствуют.	Отлично