

5. Энергия

Энергия является количественной мерой различных форм движения и взаимодействий всех видов материи. Слово энергия происходит от греческого *energeia*. Различают механическую, тепловую, электромагнитную, ядерную и другие формы энергии. Механическая энергия бывает двух видов – кинетической и потенциальной.

Кинетическая энергия тела – это энергия его механического движения.

Потенциальная энергия – это энергия положения, она зависит от взаимного расположения тел.

5.1 Закон сохранения энергии

Работа силы, действующей на тело на участке пути **1-2**, идет на приращение его кинетической энергии

$$A_{12} = T_2 - T_1$$

Если силы консервативные, то их работа на том же участке пути согласно равна убыли потенциальной энергии тела

$$A_{12} = U_1 - U_2$$

Приравнявая получаем

$$T_2 - T_1 = U_1 - U_2$$

или

$$T_2 + U_2 = T_1 + U_1$$

Значит величина, равная сумме потенциальной и кинетической энергии

$$E = T + U$$

сохраняет свое значение при движении тела, движущегося в поле консервативных сил.

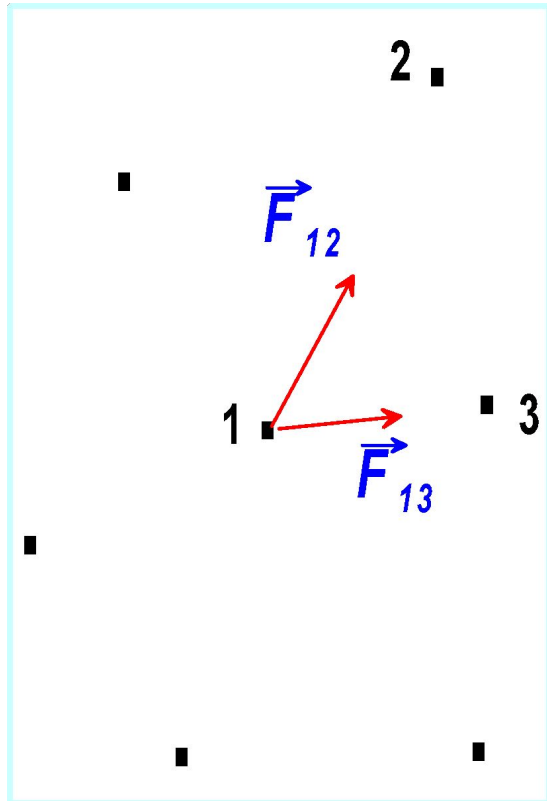
Величину E называют *полной механической энергией тела*.

5.2 Закон сохранения импульса

Полный импульс **замкнутой** системы равен сумме импульсов, составляющих ее частиц

$$\mathbf{P} = \sum_i \mathbf{p}_i$$

$$\mathbf{p}_i = m_i \mathbf{v}_i \quad (i = 1, \dots, N)$$



на каждую частицу действуют
силы со стороны

других частиц

$$\mathbf{F}_{12} + \mathbf{F}_{13} + \dots + \mathbf{F}_{1N} = \frac{d\mathbf{p}_1}{dt}$$

$$\mathbf{F}_{21} + \mathbf{F}_{23} + \dots + \mathbf{F}_{2N} = \frac{d\mathbf{p}_2}{dt}$$

.....

$$\mathbf{F}_{N1} + \mathbf{F}_{N2} + \dots + \mathbf{F}_{N(N-1)} = \frac{d\mathbf{p}_N}{dt}$$

Сложим эти уравнения и объединим силы от пар

частиц $(\vec{F}_{12} + \vec{F}_{21}) + (\vec{F}_{13} + \vec{F}_{31}) + \dots + (\vec{F}_{23} + \vec{F}_{32}) + (\vec{F}_{24} + \vec{F}_{42}) + \dots =$

$$= \frac{d}{dt}(\vec{p}_1 + \vec{p}_2 + \dots + \vec{p}_N) = \frac{d\vec{P}}{dt}$$

Но по третьему закону Ньютона $\vec{F}_{ij} = -\vec{F}_{ji}$, поэтому **сумма всех внутренних сил равна нулю** и получаем

$$\frac{d\vec{P}}{dt} = 0, \quad \vec{P} = const$$

Следовательно, **полный импульс замкнутой системы от времени не зависит, он сохраняет свое значение и направление**. Этот закон связан с **однородностью пространства** – параллельный перенос замкнутой системы как целого из одной части пространства в другую не меняет ее механических свойств. Импульс сохраняется и для незамкнутой системы, если внешние силы компенсируют друг друга.

5.3 Закон сохранения момента импульса

Ранее было получено выражение, связывающее момент импульса с моментом внешних сил:

$$\frac{d\overset{\square}{L}}{dt} = \overset{\square}{M}$$

Распишем оба момента в виде суммы вкладов от частей системы

$$\overset{\square}{L} = \sum_i \overset{\square}{L}_i = \sum_i [\overset{\square}{r}_i \times \overset{\square}{p}_i] ; \quad \overset{\square}{M} = \sum_i \overset{\square}{M}_i = \sum_i [\overset{\square}{r}_i \times \overset{\square}{F}_i]$$

Подставляем в уравнение

$$\frac{d\overset{\square}{L}}{dt} = \frac{d}{dt} \sum_i \overset{\square}{L}_i = \sum_i \overset{\square}{M}_i = \sum_i [\overset{\square}{r}_i \times \overset{\square}{F}_i]$$

Если система **замкнутая**, то на каждую из ее частей внешние силы не действуют $\overset{\Delta}{F}_i = 0$, тогда

$$\frac{d\overset{\Delta}{L}}{dt} = 0$$

поэтому

$$\overset{\Delta}{L} = \text{const}$$

Следовательно, **момент импульса замкнутой системы сохраняется, с течением времени остаются неизменными как его величина, так и направление.**

Этот результат справедлив и **для не замкнутой** системы, если суммарный момент внешних сил равен нулю, то есть когда может $\overset{\Delta}{F}_i \neq 0$ $\overset{\Delta}{M} = \sum_i \overset{\Delta}{M}_i = 0$, хотя

5.4 Упругий и неупругий удар шаров

Анализ законов сохранения позволяет, не решая уравнений **Ньютона**, получить важные выводы о свойствах механической системы.

Рассмотрим в качестве примера **центральный удар** двух шаров, которые до удара двигались вдоль прямой, проходящей через их центры.

При соударении тела претерпевают **деформации**. При этом их кинетическая энергия частично или полностью переходит в потенциальную энергию упругой деформации и во внутреннюю энергию тел, сопровождающуюся повышением их температуры.

Существуют два предельных вида удара: абсолютно упругий и абсолютно неупругий.

При **абсолютно упругом ударе** механическая энергия тел **не переходит** в другие, немеханические, виды энергии. При таком ударе кинетическая энергия переходит полностью или частично в потенциальную энергию **упругой деформации**.

После удара тела возвращаются к **первоначальной форме**, отталкивая друг друга. В результате потенциальная энергия упругой деформации снова переходит в кинетическую энергию и тела разлетаются со скоростями, которые определяются из законов сохранения полной механической энергии и полного импульса системы двух тел.

При **абсолютно неупругом ударе** потенциальная энергия деформации **не возникает**, а кинетическая энергия тел полностью или частично превращается во **внутреннюю** энергию.

После абсолютно неупругого удара тела либо движутся с одинаковой скоростью, либо покоятся. При этом выполняется лишь закон сохранения импульса, а закон сохранения механической энергии **не соблюдается**.

Но при абсолютно неупругом ударе **сохраняется полная энергия** – механическая плюс внутренняя.

– Абсолютно неупругий удар

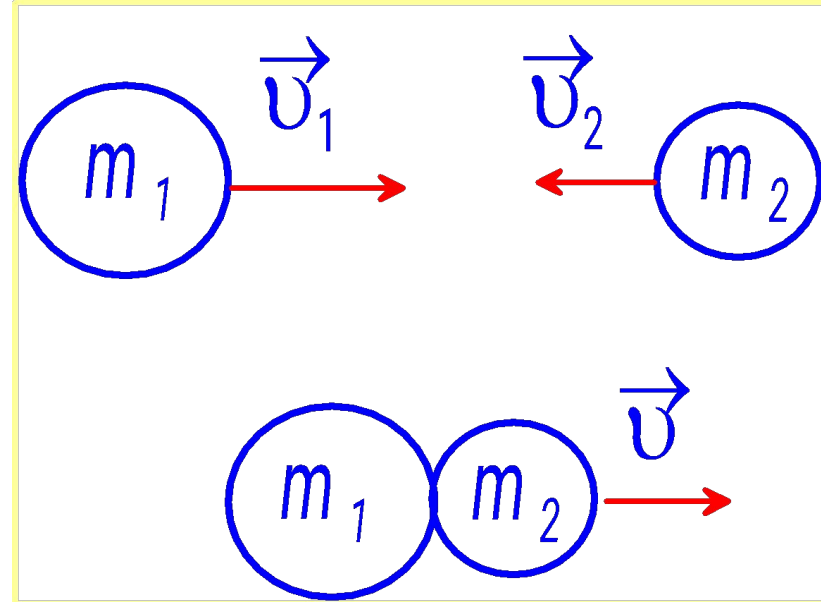
Пусть массы шаров равны m_1 и m_2 , а скорости до удара \vec{v}_1 и \vec{v}_2 . После удара шары движутся как одно целое с одной и той же скоростью \vec{v} равной скорости движения центра масс двух шаров.

Оба шара вместе образуют замкнутую систему, поэтому должен выполняться закон сохранения полного импульса системы

$$m_1 \vec{v}_1 + m_2 \vec{v}_2 = (m_1 + m_2) \vec{v}$$

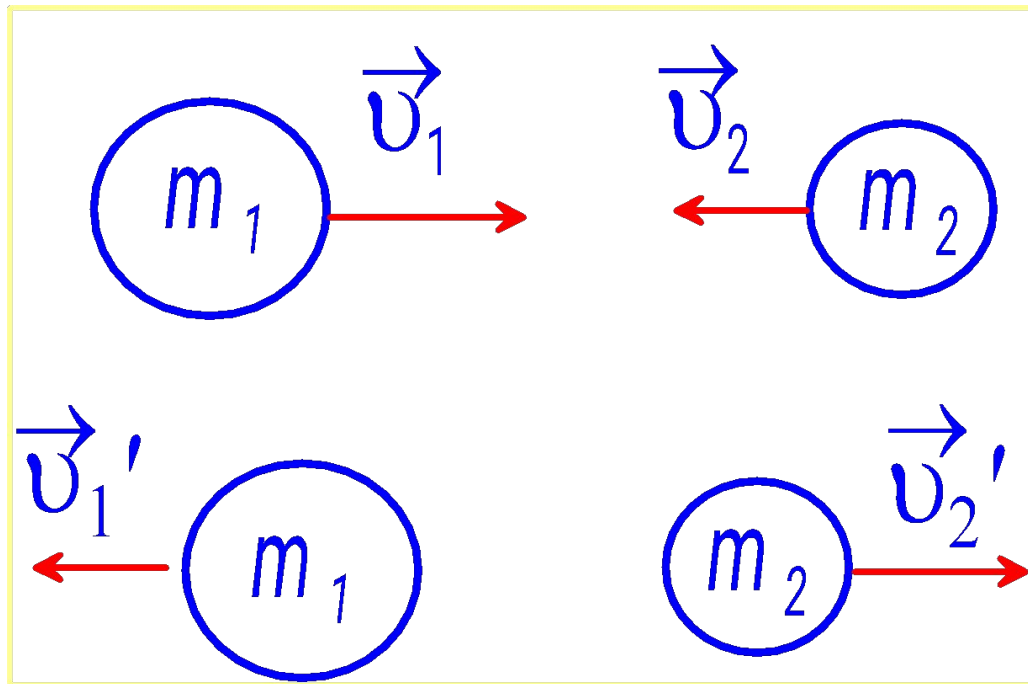
откуда

$$\vec{v} = \frac{m_1 \vec{v}_1 + m_2 \vec{v}_2}{(m_1 + m_2)}$$



-Абсолютно упругий удар

При абсолютно упругом ударе выполняются два закона сохранения - закон сохранения импульса и закон сохранения механической энергии. На рисунке скорости тел после удара помечены штрихом.



Запишем законы сохранения

$$m_1 \overset{\square}{v}_1 + m_2 \overset{\square}{v}_2 = m_1 \overset{\square'}{v}_1 + m_2 \overset{\square'}{v}_2$$

$$\frac{m_1 \overset{\square}{v}_1^2}{2} + \frac{m_2 \overset{\square}{v}_2^2}{2} = \frac{m_1 (\overset{\square'}{v}_1)^2}{2} + \frac{m_2 (\overset{\square'}{v}_2)^2}{2}$$

Из них после преобразований получаем

$$\begin{aligned} \overset{\square}{v}_1 + \overset{\square'}{v}_1 &= \overset{\square}{v}_2 + \overset{\square'}{v}_2 \\ \overset{\boxtimes}{v}_1 - \overset{\boxtimes}{v}_2 &= \overset{\boxtimes}{v}_2 - \overset{\boxtimes}{v}_1 \end{aligned}$$

Равенство означает, что при абсолютно упругом ударе *относительная скорость двух шаров сохраняет свой модуль, но меняет свое направление.*

Подставляя, получаем

$$\boxed{v_1} = \frac{2m_2 \overset{\text{ш}}{v_2} + (m_1 - m_2) \overset{\text{ш}}{v_1}}{m_1 + m_2}$$

$$\boxed{v_2} = \frac{2m_1 \boxed{v_1} + (m_2 - m_1) \boxed{v_2}}{m_1 + m_2}$$

6. Неинерциальные системы отсчета.

6.1 Силы инерции

Законы **Ньютона** выполняются только в инерциальных системах отсчета. Относительно всех инерциальных систем тело движется с одним и тем же ускорением \vec{a} .

Неинерциальные системы движутся относительно инерциальных систем с некоторым ускорением \vec{a}_n .

Поэтому в них законы **Ньютона** *не выполняются*.

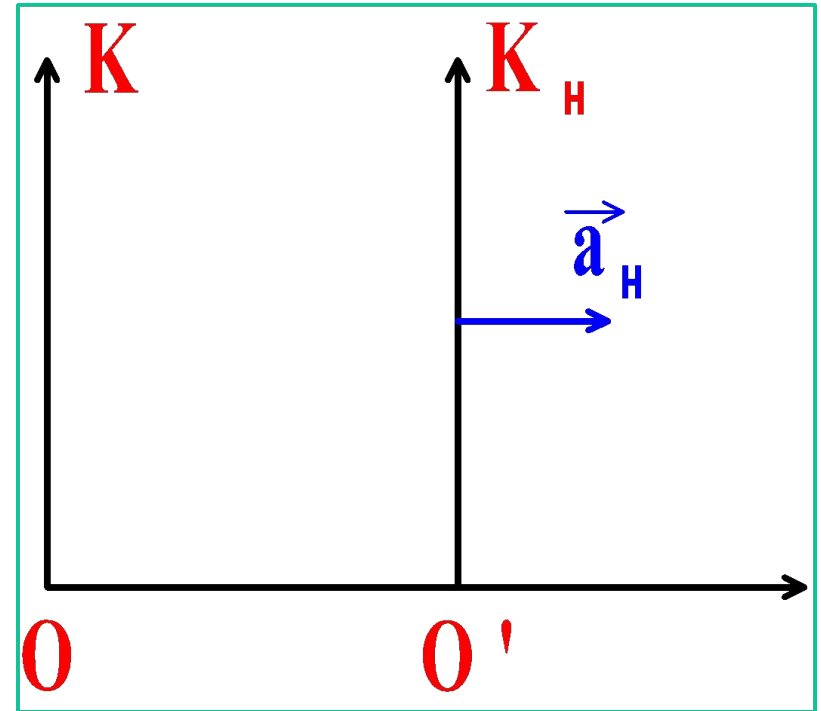
Однако, законы **Ньютона** можно применять, если ввести в рассмотрение *особые* силы – *силы инерции*.

Рассмотрим две системы отсчета K и K_H . Из них система K – инерциальная, а система K_H – **неинерциальная**.

Пусть система K_H движется относительно системы K с ускорением \vec{a}_H .

В инерциальной системе K уравнение **Ньютона** для тела массы m движущегося с ускорением \vec{a} имеет вид

$$\vec{F} = m\vec{a}$$



Тогда относительно неинерциальной системы K_H тело будет двигаться с ускорением

$$\vec{a}' = \vec{a} - \vec{a}_H$$

Умножим это равенство на массу тела, получим

$$m\vec{a}' = m\vec{a} - m\vec{a}_H$$

Это уравнение и представляет собой **2-й закон Ньютона** в неинерциальной системе отсчета K_H .

Из него следует, что в неинерциальной системе на тело как бы действует **дополнительная сила**

$$\vec{F}_u = -m\vec{a}_H$$

которая называется **силой инерции**.

С ее введением уравнение **Ньютона** в неинерциальной системе отсчета принимает вид

$$m\vec{a}' = m\vec{a} + \vec{F}_u = \vec{F} + \vec{F}_u$$

Сила инерции учитывает влияние ускорения самой неинерциальной системы на характер движения тела относительно этой системы.

Силы инерции обнаруживают себя в реальных явлениях. Например, при ускоренном или замедленном движении поезда силы инерции вызывают падение предметов. В центрифугах они используются для разделения веществ.

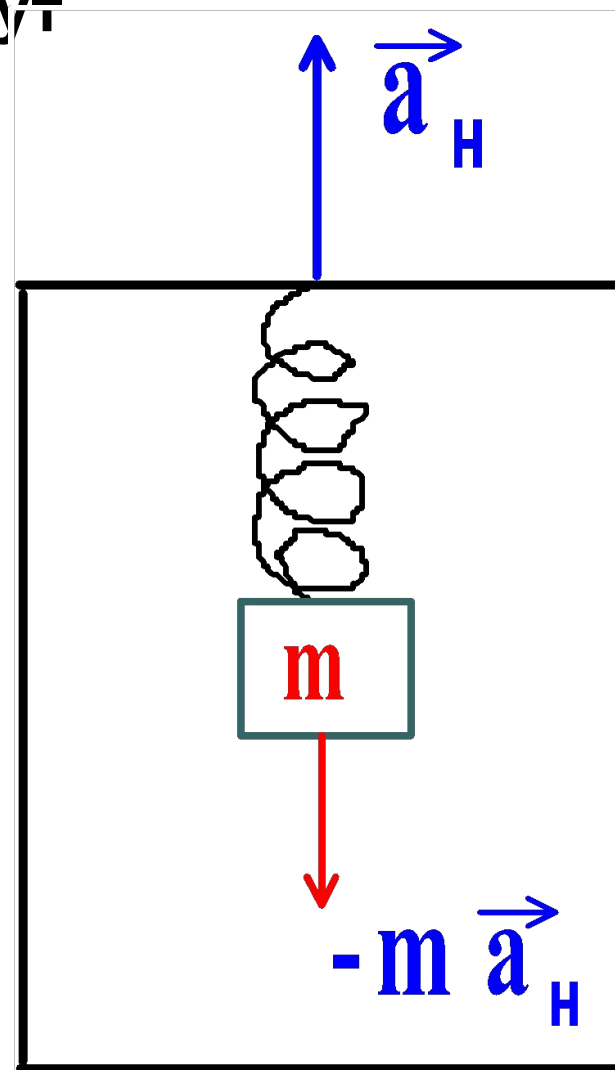
Сила инерции пропорциональна массе тела, поэтому она аналогична силам тяготения.

Для иллюстрации рассмотрим кабину, которая движется с ускорением \vec{a}_H вверх.

Все тела, находящиеся в кабине будут вести себя так, как если бы на них действовала сила инерции

$$\vec{F}_u = -m\vec{a}_H$$

В частности, пружина с прикрепленным на ее конце телом массы m растянется так, чтобы упругая сила уравновесила силу инерции. Но тоже самое будет наблюдаться, когда кабина неподвижна, а на нее действует сила тяжести.



Поэтому если человек находится в кабине и у него нет возможности наблюдать за тем, что происходит за пределами кабины, то он не сможет установить, чем обусловлена сила, действующая на пружину - ускоренным движением кабины или действием гравитационного поля.

На этом основании говорят об *эквивалентности сил инерции и сил тяготения*.

6.2 Центробежная сила инерции

Пусть диск вращается с угловой скоростью ω вокруг оси z . К центру диска прикреплена пружина, на конце которой находится груз массы m . Груз и пружина надеты на стержень. Перемещаясь вдоль стержня и растягивая пружину, груз в конце концов остановится в таком положении, в котором сила упругости в **неподвижной системе отсчета, связанной с Землей**, согласно 2-му закону Ньютона будет равна $\vec{F}_{упр} = m\vec{a}_n = -m\omega^2\vec{R}$, где \vec{R} - радиус-вектор, проведенный к грузу из центра диска, \vec{a}_n - центростремительное ускорение.

Относительно диска груз покоится.

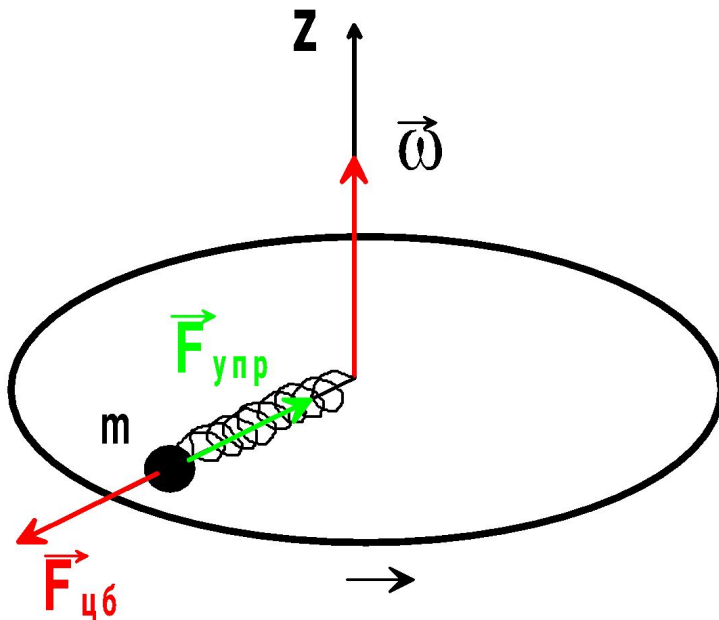
т.е. в системе отсчета,

связанной с

диск, сила инерции

равна $\vec{F}_{цб} = -\vec{F}_{упр} = m\omega^2\vec{R}$ вдоль радиуса от центра диска, компенсирующая силу упругости.

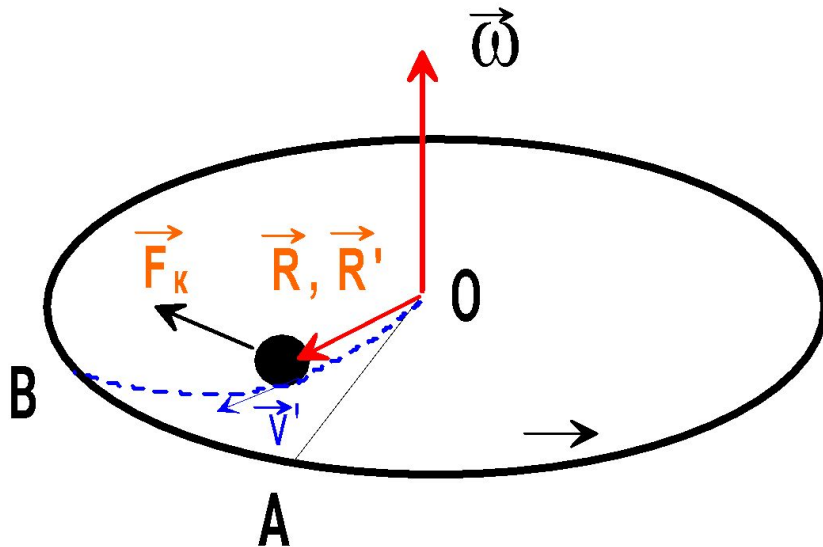
Эта сила называется **центробежной силой**.



6.3 Сила Кориолиса

В предыдущей задаче тело покоилось относительно вращающейся системы отсчета. Рассмотрим теперь случай, когда **тело движется относительно этой системы**. Тогда наряду с центробежной силой на тело будет действовать **еще одна сила инерции – сила Кориолиса**.

Пусть из центра диска O шарик вдоль радиуса OA со скоростью v относительно диска движется



относительно диска, то шарик будет двигаться по кривой, если бы на него не действовала сила Кориолиса.

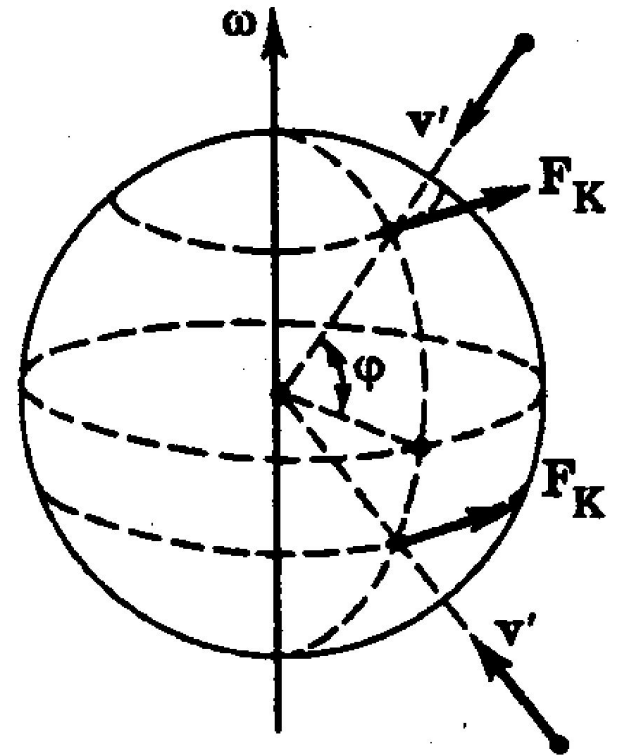
и в каждой точке \vec{F}_K действует сила Кориолиса.

Примеры движений, в которых проявляется сила Кориолиса

При движении тела относительно **Земли** сила **Кориолиса** приводит к нескольким эффектам.

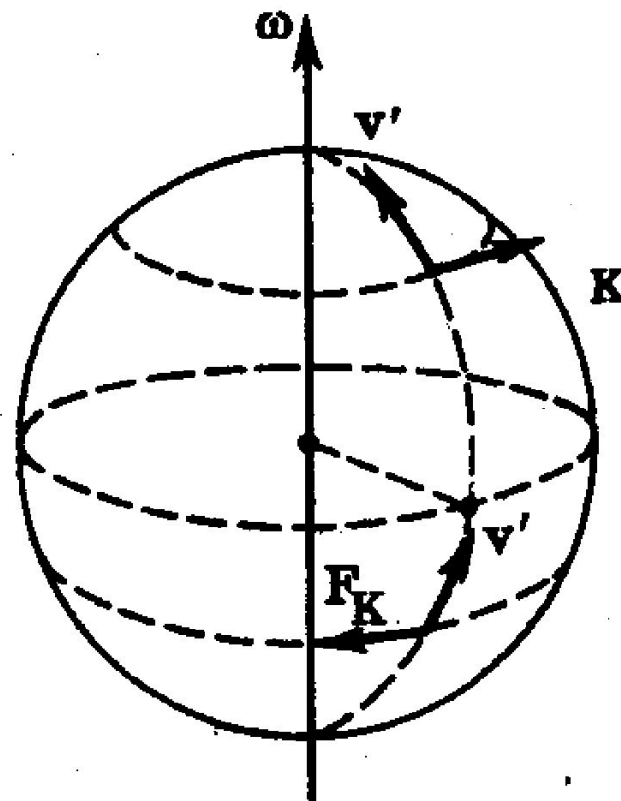
1) Отклонение свободно падающего тела от вертикали.

При свободном падении тела на него действует сила **Кориолиса**, направленная в сторону вращения **Земли**. Поэтому она приводит к **отклонению траектории тела к Востоку** от линии отвеса в любом месте Земли. Ее величина **максимальна** на экваторе и **равна нулю** на полюсах.



2) Если тело движется по поверхности Земли **вдоль меридиана** к северному полюсу, то в северном полушарии на него действует сила **Кориолиса**, направленная по ходу вращения **Земли**, а в южном полушарии - против вращения **Земли**.

Если же тело движется к южному полюсу, то в Северном полушарии сила **Кориолиса** направлена против хода вращения **Земли**, а в южном полушарии – по ходу вращения **Земли**.



По этой причине:

a) течение *Гольфстрим*, текущее на север, отклоняется вправо и обогревает **Северную часть Европы**;

b) реки, текущие в северном полушарии как на север, так и на юг подмывают правый берег;

в южном полушарии реки подмывают левый берег;

c) в северном полушарии правые рельсы изнашиваются сильнее левых;

в южном полушарии, наоборот, левые рельсы изнашиваются сильнее правых.

7. Специальная теория относительности

7.1 Недостатки механики Ньютона-Галилея

1) В механике Ньютона взаимодействие частиц описывается с помощью потенциальной энергии, являющейся функцией координат частиц

$U(r_1, r_2, \dots, r_N)$. Поэтому изменение положения какой-либо из частиц отражается на остальных частицах в тот же момент времени. Значит, предполагается, что взаимодействие распространяется **мгновенно**.

Опыт, однако, показывает, что **мгновенных взаимодействий в природе не существует**. Если с одним телом произошли какие-то изменения, то на другом теле это отражается лишь через конечный промежуток времени. **Взаимодействие между телами не может распространяться со скоростью большей скорости света в вакууме.**

2) Механика Ньютона справедлива для описания движения тел, имеющих скорости **много меньше** скорости света. Для быстрых частиц ее результаты не согласуются с экспериментом.

В частности, она не объясняет закон распространения света. Согласно классическому закону сложения скоростей ($C' = C + U$) скорость света должна зависеть от относительной скорости источника и приемника света .

Однако, в опыте **Майкельсона** и **Морли** (1887 г.) такая **зависимость не обнаруживалась**.

Это говорило также об отсутствии эфира – среды, в которой распространяется свет.

3) В механике **Ньютона** координаты точки меняются при переходе к новой инерциальной системе отсчета, тогда как *время считается абсолютным, одним и тем же во всех инерциальных системах*. Поэтому, если какие-то два события являются одновременными для одного наблюдателя, то они должны быть одновременными и для любого другого наблюдателя.

То есть понятие *одновременности абсолютно* в механике **Ньютона**.

Однако, *конечность распространения сигналов приводит к относительности понятия одновременности*.

7.2 Постулаты специальной теории относительности

В 1905 г. **Эйнштейн** создал релятивистскую механику (**специальную теорию относительности**), которая описывает движение тел с любыми скоростями. В основе теории **Эйнштейна** лежат два, подтверждающихся опытом **постулата**:

1) Принцип относительности – все законы природы одинаковы во всех инерциальных системах.

Этот принцип расширяет механический принцип относительности **Галилея** на все физические явления.

Он означает, что уравнения, выражающие законы природы, должны иметь одинаковый вид во всех инерциальных системах отсчета.

2) Принцип постоянства скорости света – скорость света в вакууме не зависит от движения источников света или наблюдателя и одинакова во всех инерциальных системах.

Ее численное значение равно $c \approx 299800 \text{ км/с}$
 $\approx 3 \cdot 10^8 \text{ м/с}$

Большой величиной скорости света объясняется то, что на практике обычно достаточно точной оказывается механика **Ньютона**.

Из принципа относительности следует, что **скорость света является скоростью распространения всех основных взаимодействий** - электромагнитного, гравитационного, сильного и слабого.

В природе невозможно движение тел и передача сигналов со скоростью большей скорости распространения света в вакууме.

7.3 Преобразования Лоренца

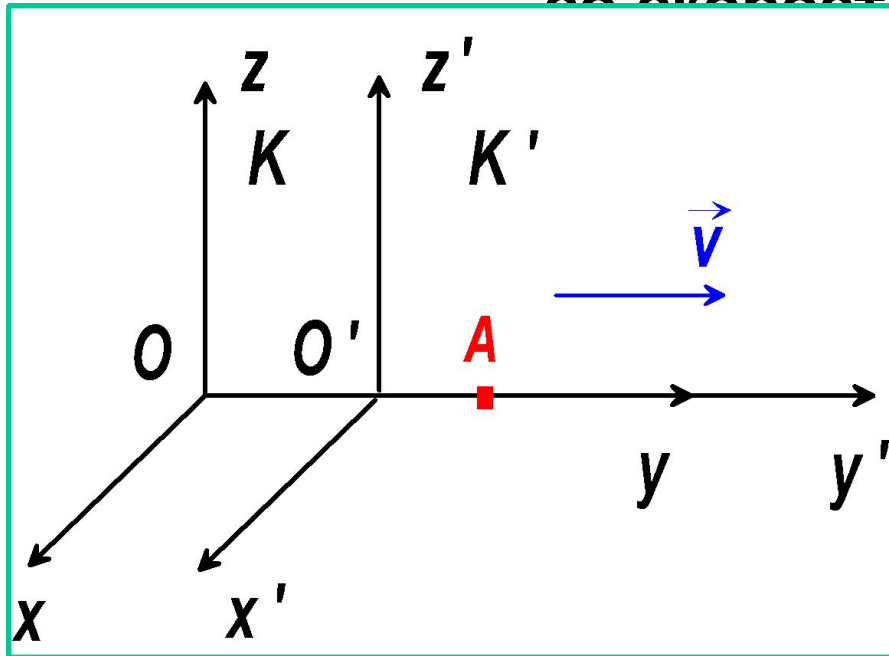
Пусть инерциальная система K' движется относительно другой инерциальной системы K со скоростью \vec{v} вдоль

некоторую

этой оси. Ее

вдоль осей X и Z в

системах совпадают



$$z = z'$$

Получим формулы, связывающие (y, t) с (y', t') .
Вследствие *однородности и изотропности пространства и однородности времени* эта связь должна быть линейной, то есть

$$y = \alpha_1 y' + \alpha_2 t' + \alpha_3$$

где $\alpha_1, \alpha_2, \alpha_3$ - некоторые константы, которые надо найти. Формула справедлива для любой точки на оси y . Применим ее к началам координат двух систем O и O' .

Пусть в начальный момент времени $t = t' = 0$ положения точек O и O' совпадали

$$y(t = 0) = y'(t' = 0) = 0$$

Чтобы это выполнялось необходимо положить $\alpha_3 = 0$.

В последующие времена начало координат O в системе K будет иметь прежнее значение $y = 0$.

В системе же K' положение точки O меняется и ее координата будет равна $y' = -Vt'$, что можно переписать как $y' + Vt' = 0$.

Это значит, что $y' + Vt'$ обращается в ноль вместе с y , поэтому они должны быть пропорциональными друг другу, что требует равенства коэффициентов

$$\alpha_1 = \alpha_2 / V = \alpha$$

Следовательно $y = \alpha(y' + Vt')$

Аналогично, с течением времени начало координат O' в системе K' будет иметь неизменную координату $y' = 0$, а в системе K - меняющуюся координату $y = Vt$.

Это снова означает, что y' и $(y - Vt)$ обращаются в нуль вместе, а значит пропорциональны друг другу

$$y' = \gamma(y - Vt)$$

В силу *равноправности* систем K и K' коэффициенты α и γ должны совпадать $\alpha = \gamma$.

Полученные связи координат должны выполняться *для любой точки на осях y и y'* .

Для нахождения коэффициента α используем *принцип постоянства скорости света*.

Пусть в начальный момент времени $t = t' = 0$ из начала координат вдоль осей y и y' был послан световой сигнал. Этот сигнал достигнет точку A в системе K в некоторый момент времени t , поэтому ее координату можно записать как

$$y = ct.$$

В системе K' этот же сигнал движется с той же скоростью c и достигнет точку A в момент времени t' , поэтому ее координата в системе K' равна $y' = ct'$.

Следовательно, для точки A должны выполняться соотношения

$$\begin{aligned} y &= \alpha(y' + V t') & ; & & y &= ct \\ y' &= \alpha(y - V t) & ; & & y' &= ct' \end{aligned}$$

Решим их относительно α . Подставим последние два выражения в первые два, получим

$$\begin{aligned} ct &= \alpha(y' + V t') = \alpha(ct' + V t') = \alpha(c + V) t' \\ ct' &= \alpha(y - Vt) = \alpha(ct - Vt) = \alpha(c - V)t \end{aligned}$$

Таким образом

$$ct = \alpha(c + V) t' = \alpha(c + V)\alpha(c - V)t/c = \alpha^2(c^2 - V^2)t/c$$

значит

$$\alpha^2 = \frac{c^2}{c^2 - V^2} \quad \rightarrow \quad \alpha = \frac{1}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}}$$

Поэтому

$$y = \frac{y' + Vt'}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}}$$

Выразим теперь время t через y' и t' . Для этого подставим y во второе уравнение системы

$$\alpha'(y' + Vt') - Vt = \alpha t' + \left[\frac{(\alpha^2 - 1)y'}{\alpha V} \right]$$

$$t = \frac{t' + \frac{Vy'}{c^2}}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}}$$

Полученные формулы- *преобразования Лоренца* (1904).

В преобразованиях **Лоренца** координаты и время одной системы зависят от координат и времени другой системы. В этом проявляется **взаимосвязь пространства и времени**.

Обратные формулы, выражающие x' , y' , z' , t' через x , y , z , t получаются заменой штрихованных переменных на нештрихованные и заменой $V \rightarrow -V$, поскольку система K движется относительно K' со скоростью $-V$:

$$y' = \frac{y - Vt}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}} \quad t' = \frac{t - \frac{Vy}{c^2}}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}}$$

В пределе $c \rightarrow \infty$ преобразования **Лоренца** переходят в нерелятивистские преобразования **Галилея**.

7.4 Следствия преобразований Лоренца

1) Длина тел в разных системах. Лоренцево сокращение

Пусть в системе отсчета K' покоится стержень, параллельный оси y и имеющий длину

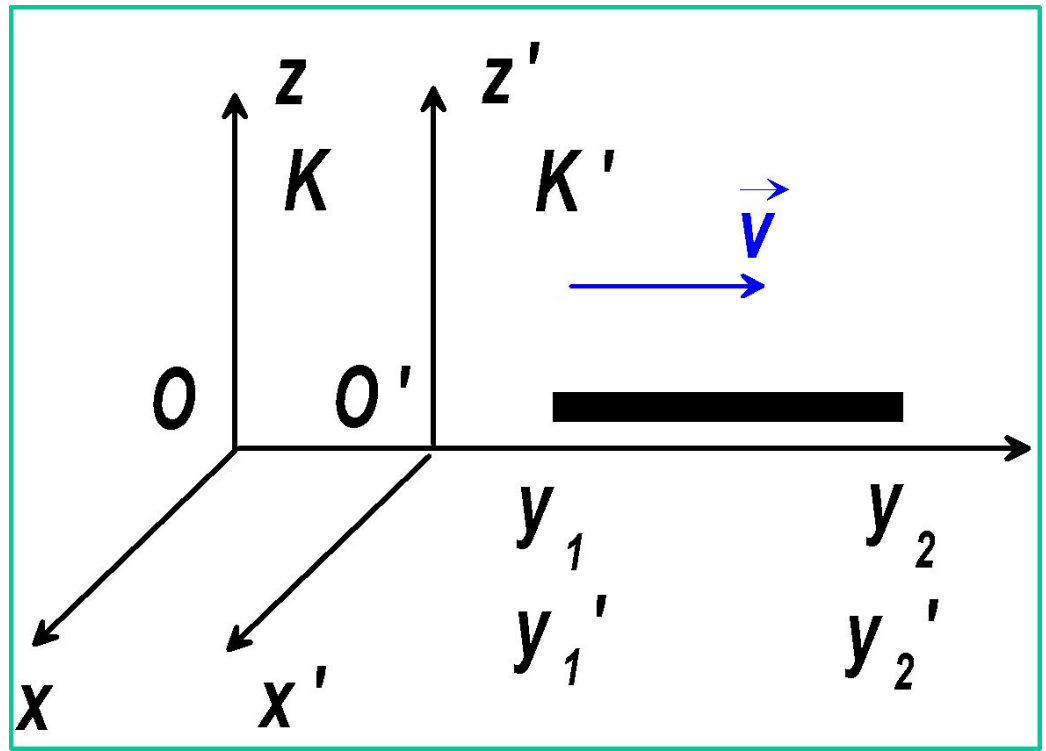
$\Delta y' = y_2' - y_1'$, где y_2' и y_1' - координаты концов стержня. Система K' движется относительно

системы K со скоростью v вдоль оси y . Длина стержня в

системе K равна

$$\Delta y = y_2 - y_1$$

где y_2 и y_1 - координаты концов стержня в момент времени t .



Найдем связь длин стержня в двух системах. Для этого используем преобразования **Лоренца**

$$y_1' = \frac{y_1 - Vt}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}} \quad y_2' = \frac{y_2 - Vt}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}}$$

Вычитая y_1' из y_2' , находим

$$\Delta y' = y_2' - y_1' = \frac{y_2 - y_1}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}} = \frac{\Delta y}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}}$$

Определение Собственной длиной стержня называется его длина в той системе отсчета, в которой он **покоится**. Обозначим ее через $l_0 = \Delta y'$, а длину того же стержня в системе отсчета K - как l - получим

$$l = l_0 \sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2} \quad l \leq l_0$$

Следовательно, **самую большую длину стержень имеет в той системе отсчета, в которой он покоится**. Его длина в системе, в которой он движется со скоростью V , уменьшается в число раз, равное

$$\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}$$

Этот результат называется **лоренцевым сокращением**. В направлениях осей x, z размеры стержня **не меняются**.

2) Промежуток времени между событиями

Пусть в системе отсчета K' в некоторой точке с координатами x' , y' , z' происходят два события в моменты времени t_1' и t_2' .

В системе отсчета K этим событиям соответствуют моменты времени t_1 и t_2 , которые находятся из преобразований *Лоренца* для времени

$$t_1 = \frac{t_1' + \frac{Vy'}{c^2}}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}} \quad t_2 = \frac{t_2' + \frac{Vy'}{c^2}}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}}$$

Поэтому промежутки времени между двумя событиями в системах отсчета K' и K связаны соотношением

$$\Delta t = t_2 - t_1 = \frac{t_2' - t_1'}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}} = \frac{\Delta t'}{\sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2}}$$

где V - скорость, с которой система K' движется относительно неподвижной системы K .

Пусть оба события происходят с телом, которое покоится в системе K' .

Тогда $\Delta t'$ – есть промежуток времени, измеренный по часам, неподвижным относительно тела, то есть движущимся вместе с телом.

Время, отсчитанное по часам, движущимся вместе с телом, называется **собственным временем** Δt_0 .

В нашем случае $\Delta t_0 = \Delta t'$, поэтому

$$\Delta t_0 = \Delta t \sqrt{1 - \left(\frac{V}{c}\right)^2} \quad ; \quad \Delta t_0 \leq \Delta t$$

Формула показывает, что

*собственное время движущегося объекта всегда меньше времени в неподвижной системе, значит, **движущиеся часы идут медленнее покоящихся.***

Замедление физических процессов в движущихся системах находит экспериментальное подтверждение, например, в процессе распада мюонов.