**Bài 6: ĐO THỜI GIAN**

**I. Đơn vị và dụng cụ đo thời gian.**

- Đơn vị đo: giây; Kí hiệu: s.

- Một số đơn vị khác: giờ (h), phút (min),…

**II. Thực hành đo thời gian.**

**Các bước đo thời gian của một hoạt động.**

- Bước 1: Ước lượng thời gian cần đo.

- Bước 2: Chọn đồng hồ phù hợp.

- Bước 3: Hiệu chỉnh đồng hồ đúng cách.

- Bước 4: Tiến hành đo.

- Bước 5: Đọc và ghi kết quả.

**III. Bài Tập**

**Câu 1.** Để đo thời gian của vận động viên chạy 100m, loại đồng hồ thích hợp nhất là:

A. Đồng hồ để bàn. B. Đồng hồ treo tường.

C. Đồng hồ cát. **D. Đồng hồ bấm giây.**

**Câu 2.**Khi đo thời gian chạy 100m của bạn Nguyên trong giờ thể dục, em sẽ đo khoảng thời gian:

A. Từ lúc Nguyên lấy đà chạy đến lúc về đích.

**B. Từ lúc có lệnh xuất phát đến lúc về đích.**

C. Từ lúc bạn Nguyên chạy được khoảng 5 bước chân đến lúc về đích.

D. Từ lúc bạn Nguyên trong tư thế chuẩn bị đến lúc về đích.

**Câu 3.** Đơn vị đo thời gian chính thức trong hệ thống đo lường của nước ta:

A. giờ(h).   B. phút(min). **C. giây(s).** D. ngày.

**Câu 4.** Hãy cho biết 7 phút bằng bao nhiêu giây?

**A. 420 giây.** B. 300 giây. C. 70 giây. D. 700 giây.