|  |  |
| --- | --- |
| **[Cụm trường THPT Phía Nam Hưng Yên (Lần 2)](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)**  *[(Đề thi có 04 trang)](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)* | **[KÌ THI TỐT NGHIỆP THPT NĂM 2025](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)**  **[MÔN: TIẾNG ANH](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)**  *[Thời gian làm bài: 50 phút, không kể thời gian phát đề](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)* |

**[Họ, tên thí sinh:](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)** [.....................................................................](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)

**[Mã đề: …](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)**

**[Số báo danh:](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)** [........................................................................](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)

***Read the following passage about new smart energy and mark the letter A, B, C or D on your answer sheet to indicate the best answer to each of the following questions from 1 to 10.***

**(I)** Over the past few decades, modern lifestyles have significantly altered the way people live, work, and interact. While technological advancements and convenience-oriented habits have improved many aspects of life, they have also introduced several health-related challenges.**(II)** Today, many individuals suffer from lifestyle diseases, such as obesity, diabetes, and cardiovascular disorders, primarily due to poor dietary choices, lack of physical activity, and high-stress levels. **(III)** These factors contribute to declining overall health and increasing medical costs, **placing a significant burden on** healthcare systems worldwide. **(IV)**

One of the primary causes of lifestyle diseases is the growing dependence on processed foods. Many people opt for fast food due to **its** convenience, affordability, and taste. However, such foods are often high in unhealthy fats, sugars, and artificial additives, leading to various metabolic disorders. Furthermore, modern work environments, which involve long hours of sitting and limited physical activity, contribute to obesity and poor cardiovascular health. Studies suggest that individuals who spend prolonged periods in sedentary activities have a higher risk of developing chronic conditions compared to those who engage in regular exercise.

The impact of modern lifestyles is not limited to physical health but also extends to mental well-being. High levels of stress, often resulting from demanding work schedules, social pressures, and digital overexposure, have led to an increase in anxiety and depression. **Excessive** screen time, particularly on social media, has been linked to reduced sleep quality and lower self-esteem. Moreover, the constant exposure to digital content can create an overstimulated mind, making relaxation and mindfulness difficult to achieve.

To combat these health challenges, individuals and governments must take proactive measures. Encouraging a balanced diet rich in whole foods, promoting regular physical activity, and raising awareness about mental health are essential steps. Additionally, implementing workplace wellness programs and restricting screen time, especially among children and teenagers, can help create healthier living conditions. **By prioritizing well-being and making informed lifestyle choices, people can mitigate the negative effects of modern life and achieve long-term health benefits.**

**Question 1.**

Where in paragraph 1 does the following sentence best fit?

**"A decline in health has been linked to changes in daily routines and work environments."**

**A. (IV)** **B. (II)** **C. (III)** **D. (I)**

**Question 2.**

Which of the following best summarises paragraph 3?

**A.** The primary cause of mental health problems is the overuse of digital devices in modern society.

**B.** People with demanding work schedules are less likely to experience mental health problems.

**C.** Modern lifestyles negatively affect not only physical but also mental health, leading to issues like stress, anxiety, poor sleep quality, and low self-esteem.

**D.** Social media and digital content contribute positively to relaxation and self-esteem.

**Question 3.**

Which of the following best paraphrases the underlined sentence in paragraph 4?

**A.** The impact of lifestyle diseases cannot be controlled by individual efforts.

**B.** Physical activity and a balanced diet are not necessary for a healthy life.

**C.** Making healthy choices can help reduce the harmful effects of modern lifestyles.

**D.** The only way to counter modern health issues is by avoiding digital technology.

**Question 4.**

The word "**excessive**" in paragraph 3 is **OPPOSITE** in meaning to \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**A.** unnecessary **B.** intense **C.** limited **D.** prolonged

**Question 5.**

Which of the following can be inferred from the passage?

**A.** Governments play no role in addressing modern lifestyle diseases.

**B.** The main cause of lifestyle diseases is genetic predisposition.

**C.** Mental health issues are more serious than physical health problems.

**D.** Modern habits contribute to both physical and mental health challenges.

**Question 6.**

Which of the following best summarises the passage?

**A.** Modern lifestyles contribute to various health issues, both physical and mental, requiring proactive solutions such as healthier diets, exercise, and stress management.

**B.** Workplace habits and sedentary lifestyles have only led to an increase in obesity, while mental health remains largely unaffected.

**C.** Fast food and digital addiction are the only factors causing health problems in modern society.

**D.** The rise in mental health disorders is solely due to social media exposure, which has negatively impacted sleep and self-esteem worldwide.

**Question 7.**

The phrase "**placing a significant burden on**" in paragraph 1 could be best replaced by \_\_\_\_.

**A.** adding strain to **B.** increasing the efficiency of

**C.** reducing reliance on **D.** easing the pressure on

**Question 8.**

The word "**its**" in paragraph 2 refers to \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**A.** affordability **B.** fast food **C.** dependence **D.** lifestyle diseases

**Question 9.**

Which of the following is TRUE according to the passage?

**A.** Fast food consumption is decreasing due to increased awareness of health issues.

**B.** Workplace wellness programs have proven ineffective in improving health.

**C.** Prolonged sedentary behavior can lead to higher risks of chronic diseases.

**D.** Digital exposure has no impact on sleep quality or self-esteem.

**Question 10.**

According to paragraph 2, which of the following is **NOT mentioned** as a cause of lifestyle diseases?

**A.** Limited physical activity **B.** High intake of processed foods

**C.** Prolonged sitting hours **D.** Lack of access to healthcare

***Read the following passage about wildlife conservation and mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the best answer to each of the following questions from 11 to 18.***

Renewable energy sources are becoming increasingly important in today's world. With fossil fuel reserves decreasing and concerns about climate change rising, many countries are turning to alternative energy sources such as solar, wind, hydro, and geothermal power. These sources offer a cleaner, more sustainable way to produce electricity and reduce greenhouse gas emissions.

One significant advantage of renewable energy is ***its*** sustainability. Unlike fossil fuels, which are ***finite*** and will eventually be depleted, renewable energy sources are naturally ***replenished***. For example, sunlight and wind are inexhaustible resources that can be harnessed continuously. Hydropower relies on the water cycle, and geothermal energy comes from the Earth's internal heat, both of which are renewable.

However, there are also challenges associated with renewable energy. One major issue is reliability. Solar panels, for instance, depend on sunlight, which is not available at night or during cloudy days. Wind turbines require consistent wind speeds to generate electricity efficiently. **To overcome these challenges, scientists are developing better energy storage solutions, such as advanced batteries, to store excess energy for use when needed.**

Governments worldwide are investing heavily in renewable energy. Many countries have set ambitious targets to increase the share of renewables in their energy mix. The European Union, for instance, aims to generate at least 32% of its electricity from renewable sources by 2030. Additionally, technological advancements are making renewable energy more affordable and accessible, encouraging further adoption.

**Question 11.**

In which paragraph does the writer mention the challenge of using renewable energy?

**A.** Paragraph 1 **B.** Paragraph 3 **C.** Paragraph 4 **D.** Paragraph 2

**Question 12.**

Which of the following is **NOT mentioned** as a renewable energy source?

**A.** Solar energy **B.** Nuclear energy **C.** Wind energy **D.** Geothermal energy

**Question 13.**

The word “***its***” in paragraph 2 refers to \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**A.** fossil fuels **B.** electricity **C.** sustainability **D.** renewable energy

**Question 14.**

Which of the following is **TRUE** according to the passage?

**A.** Renewable energy sources contribute to greenhouse gas emissions.

**B.** Fossil fuels are infinite and will never run out.

**C.** The EU plans to generate over 50% of its electricity from renewables by 2030.

**D.** The availability of sunlight and wind is unpredictable.

**Question 15.**

The word "***replenished***" in paragraph 2 could be best replaced by \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**A.** restored **B.** consumed **C.** reduced **D.** reused

**Question 16.**

In which paragraph does the writer discuss government efforts to promote renewable energy?

**A.** Paragraph 3 **B.** Paragraph 4 **C.** Paragraph 1 **D.** Paragraph 2

**Question 17.**

Which of the following best paraphrases the underlined sentence in paragraph 3?

**A.** Advanced batteries are not helpful for storing renewable energy.

**B.** Energy storage solutions can help address the reliability issue of renewable energy.

**C.** There are no solutions to the reliability problem of renewable energy.

**D.** Renewable energy is completely reliable without any storage solutions.

**Question 18.**

The word "***finite***" in paragraph 2 is **OPPOSITE** in meaning to \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**A.** endless **B.** limited **C.** depleted **D.** scarce

***Read the following leaflet and mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the option that best fits each of the numbered blanks from 19 to 24.***

**STAY SAFE: PREVENTING THE FLU EPIDEMIC**

**What is the flu epidemic?**

The flu epidemic is a contagious viral **(19)** \_\_\_\_\_\_\_ that affects the respiratory system. Every year, millions of people worldwide are impacted, leading to severe health issues and hospitalizations.

**Why it matters?**

When flu season arrives, it's essential to take precautions. If not managed effectively, the flu can **(20)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ into a widespread epidemic, putting vulnerable populations at risk. The **(21)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_ of flu cases can surge dramatically during peak season, leading to increased hospital visits and strain on healthcare systems. It's vital to stay informed and take preventative measures.

**How to prevent the flu**

* Get vaccinated: The flu vaccine is the most effective way to protect yourself and **(22)** \_\_\_\_\_\_\_. It’s recommended to get vaccinated annually.
* Stay home when sick: If you experience flu **(23)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, stay home to prevent spreading the virus to those around you.
* Follow guidelines: **(24)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ your health status, everyone should follow health guidelines to minimize the risk of flu transmission.

**Question 19.**

**A.** infection **B.** injury **C.** sickness **D.** ailment

**Question 20.**

**A.** call off **B.** take over **C.** break out **D.**bring up

**Question 21.**

**A.** number **B.** amount **C.** level **D.** quality

**Question 22.**

**A.** another **B.** other **C.** the other **D.** others

**Question 23.**

**A.** signals **B.** patterns **C.** features **D.** symptoms

**Question 24.**

**A.** Rather than **B.** In view of **C.** On account of **D.** Regardless of

***Read the following advertisement and mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the option that best fits each of the numbered blanks from 25 to 30.***

**GET FIT WITH EASYFIT - YOUR PERSONAL FITNESS PARTNER!**

Are you struggling to stay **(25)** \_\_\_\_\_\_\_\_ and keep up with your fitness goals? EasyFit is here to help! Our app offers a **(26)** \_\_\_\_\_\_\_\_ that guides you through personalized workouts and nutrition plans.

Designed by top trainers, this feature **(27)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 'Smart Coach' provides step-by-step instructions to maximize your progress. You can also connect **(28)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_ experienced trainers and a community for motivation and support.

With EasyFit, you get access to diverse workout routines, from strength training and cardio to yoga. Our meal plans are tailored to your dietary preferences. The app also features challenges and progress reminders.

If you want to **(29)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ progress and see improvements, our tracking system will help you stay on track. Whether you enjoy **(30)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ at home, outdoors, or in the gym, EasyFit makes staying fit easier and more enjoyable.

Download EasyFit today and take the first step towards a healthier you!

**Question 25.**

**A.** actively **B.** activate **C.** activeness **D.** active

**Question 26.**

**A.** personal training program **B.**training program personal

**C.** program training personal**D.**personal program training

**Question 27.**

**A.** calling **B.** was called **C.** called **D.** which called

**Question 28.**

**A.** to **B.** with **C.** for **D.** on

**Question 29.**

**A.** do **B.** find **C.** make **D.** put

**Question 30.**

**A.** working out **B.** to work out **C.** work out **D.** worked out

***Read the following passage and mark the letter A, B, C or D on your answer sheet to indicate the option that best fits each of the numbered blanks from 31 to 35.***

ChatGPT is an advanced language model developed by OpenAI, **(31)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. It utilizes deep learning techniques to generate human-like text responses based on the input it receives. With applications ranging from customer support to content creation, ChatGPT has transformed the way people interact with machines.

**(32)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, ChatGPT can provide users with detailed answers, explanations, and even creative content, depending on the prompts given to it. Its ability to understand context and nuances makes it an invaluable tool for various industries.

Moreover, designed to continuously learn and improve its performance, **(33)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_. This feature ensures that it stays relevant and effective in understanding evolving language trends and user expectations.

ChatGPT has gained popularity in various applications, **(34)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, enhancing user experience by providing instant responses. As users become more familiar with its capabilities, **(35)** \_\_\_\_\_\_\_\_, opening new avenues for innovation and creativity.

**Question 31.**

**A.** whose utilization for a variety of applications has been available in the realm of text generation

**B.** that has fundamentally altered human interactions with artificial intelligence systems

**C.** which has been trained on an extensive range of datasets to facilitate natural language processing

**D.** having reached a significant milestone in the development of language processing technologies

**Question 32.**

**A.** With the basic goal of enriching user interaction

**B.** By permitting users to pose open-ended queries

**C.** The primary objective of ChatGPT is to enhance engagement

**D.** Given its proficiency in understanding human language

**Question 33.**

**A.** timely and accurate information to users as necessary can be delivered

**B.** ChatGPT can deliver timely and accurate information to users as necessary

**C.** information can be delivered to users as timely and accurately as possible

**D.** users can have information delivered as timely and accurately as required

**Question 34.**

**A.** where various functionalities have been introduced to elevate its performance in real-world situations

**B.** which empowers developers to tailor their functionality to meet specific user requirements

**C.** that integrates effortlessly into applications, delivering users prompt and accurate replies

**D.** whose capabilities allow developers to create interactive applications employing its advanced features

**Question 35.**

**A.** users consistently express their satisfaction with the Al's capability to respond effectively

**B.** sophisticated algorithms have enabled the AI to process language accurately

**C.** the feedback from diverse users illustrates significant enhancements in communication abilities

**D.** the demand for more advanced features and functionalities continues to grow

***Mark the letter A, B, C or D on your answer sheet to indicate the best arrangement of utterances or sentences to make a meaningful exchange or text in each of the following questions from 36 to 40.***

**Question 36.**

Hi Gemma,

**a.** But it was interesting to watch these videos.

**b.** Thanks so much for the guitar lesson videos you sent me last week.

**c.** You know, we ought to practise together for some time. What do you think?

**d.** Thanks also for the tip about the free websites with musical lesson videos - they are much better than the sites I've been following.

**e.** It's really nice to learn how to play a new instrument like the guitar, but I am too busy at the moment, so I'm focusing on my violin lessons for now.

Write back soon,

Billy

**A.** d-a-b-c-e **B.** b-e-a-d-c **C.** b-c-d-a-e **D.** d-b-a-c-e

**Question 37.**

**a.** The rising population has also put significant pressure on housing, leading to skyrocketing property prices and a shortage of affordable homes.

**b.** Over the past two decades, rapid urbanization has transformed Greenfield from a quiet town into a bustling city.

**c.** Additionally, the surge in vehicles has caused severe traffic congestion, making daily commutes longer and more stressful.

**d.** This urban expansion has brought both benefits and challenges, including increased job opportunities and improved infrastructure.

**e.** However, despite these advantages, the fast pace of urbanization has created serious problems.

**A.** b-e-d-c-a **B.** b-a-e-d-c **C.** b-d-e-a-c **D.** b-d-a-e-c

**Question 38.**

**a. Anna:** That's a great habit! Drinking enough water helps your body function properly. Do you also follow a balanced diet?

**b. Anna:** Hey, Jake! You look more energetic these days. Have you made any changes to your lifestyle?

**c. Jake:** Yes! I try to eat more vegetables and cut down on fast food. I also go for a run every morning. It makes me feel so much better!

**d. Jake**: Yes, I've started drinking more water and exercising regularly. It really makes a difference in how I feel.

**e. Anna:** That's awesome! A healthy diet and regular exercise are key to staying fit. Keep it up!

**A.** b-d-a-c-e **B.** b-c-d-a-e **C.** b-a-d-c-e **D.** b-e-d-a-c

**Question 39.**

**a.** For example, here in Viet Nam, we can enjoy Italian pizza or Japanese sushi, in addition to our traditional food.

**b.** On the other hand, Vietnamese specialties, such as "pho" and "banh mi", are also gaining popularity worldwide.

**c.** Fast food chains and international restaurants have become popular, offering a wide range of dishes and more food choices to local people.

**d.** Moreover, some international dishes use local ingredients, which make them unique and more suitable to local tastes.

**e.** In short, you can explore the flavorful world of traditional Vietnamese food or enjoy dishes from other countries around the world in Viet Nam.

**A.** d-b-c-e-a **B.** e-b-a-c-d **C.** d-c-a-b-e **D.** c-a-d-b-e

**Question 40.**

**a. Minh:** She was really nervous about it, but I think she did quite well.

**b. Anna:** I hope she gets the score she needs for her university application.

**c. Anna:** Hi, Minh! How did your sister do on her IELTS exam?

**A.** b-a-c **B.** c-b-a **C.** c-a-b **D.** b-c-a

|  |  |
| --- | --- |
| **[Cụm trường THPT Phía Nam Hưng Yên (Lần 2)](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)**  *[(Đề thi có 04 trang)](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)* | **[KÌ THI TỐT NGHIỆP THPT NĂM 2025](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)**  **[MÔN: TIẾNG ANH](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)**  *[Thời gian làm bài: 50 phút, không kể thời gian phát đề](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)* |

**[Họ, tên thí sinh:](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)** [.....................................................................](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)

**[Mã đề: …](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)**

**[Số báo danh:](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)** [........................................................................](https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html)

***HƯỚNG DẪN GIẢI CHI TIẾT***

***Read the following passage about new smart energy and mark the letter A, B, C or D on your answer sheet to indicate the best answer to each of the following questions from 1 to 10.***

**(I)** Over the past few decades, modern lifestyles have significantly altered the way people live, work, and interact. While technological advancements and convenience-oriented habits have improved many aspects of life, they have also introduced several health-related challenges.**(II)** Today, many individuals suffer from lifestyle diseases, such as obesity, diabetes, and cardiovascular disorders, primarily due to poor dietary choices, lack of physical activity, and high-stress levels. **(III)** These factors contribute to declining overall health and increasing medical costs, **placing a significant burden on** healthcare systems worldwide. **(IV)**

One of the primary causes of lifestyle diseases is the growing dependence on processed foods. Many people opt for fast food due to **its** convenience, affordability, and taste. However, such foods are often high in unhealthy fats, sugars, and artificial additives, leading to various metabolic disorders. Furthermore, modern work environments, which involve long hours of sitting and limited physical activity, contribute to obesity and poor cardiovascular health. Studies suggest that individuals who spend prolonged periods in sedentary activities have a higher risk of developing chronic conditions compared to those who engage in regular exercise.

The impact of modern lifestyles is not limited to physical health but also extends to mental well-being. High levels of stress, often resulting from demanding work schedules, social pressures, and digital overexposure, have led to an increase in anxiety and depression. **Excessive** screen time, particularly on social media, has been linked to reduced sleep quality and lower self-esteem. Moreover, the constant exposure to digital content can create an overstimulated mind, making relaxation and mindfulness difficult to achieve.

To combat these health challenges, individuals and governments must take proactive measures. Encouraging a balanced diet rich in whole foods, promoting regular physical activity, and raising awareness about mental health are essential steps. Additionally, implementing workplace wellness programs and restricting screen time, especially among children and teenagers, can help create healthier living conditions. **By prioritizing well-being and making informed lifestyle choices, people can mitigate the negative effects of modern life and achieve long-term health benefits.**

**Question 1.**

Where in paragraph 1 does the following sentence best fit?

**"A decline in health has been linked to changes in daily routines and work environments."**

**A. (IV)** **B. (II)** **C. (III)** **D. (I)**

**Giải thích**

|  |  |
| --- | --- |
| **DỊCH BÀI** | |
| Over the past few decades, modern lifestyles have significantly altered the way people live, work, and interact. While technological advancements and convenience-oriented habits have improved many aspects of life, they have also introduced several health-related challenges. Today, many individuals suffer from lifestyle diseases, such as obesity, diabetes, and cardiovascular disorders, primarily due to poor dietary choices, lack of physical activity, and high-stress levels. These factors contribute to declining overall health and increasing medical costs, placing a significant burden on healthcare systems worldwide. | Trong vài thập kỷ qua, lối sống hiện đại đã thay đổi đáng kể cách mọi người sống, làm việc và tương tác. Trong khi những tiến bộ công nghệ và thói quen hướng đến sự tiện lợi đã cải thiện nhiều khía cạnh của cuộc sống, chúng cũng đặt ra một số thách thức liên quan đến sức khỏe. Ngày nay, nhiều người mắc các bệnh liên quan đến lối sống, chẳng hạn như béo phì, tiểu đường và rối loạn tim mạch, chủ yếu là do các lựa chọn chế độ ăn uống kém, thiếu hoạt động thể chất và mức độ căng thẳng cao. Những yếu tố này góp phần làm suy giảm sức khỏe tổng thể và gia tăng chi phí y tế, đặt gánh nặng đáng kể lên các hệ thống chăm sóc sức khỏe trên toàn thế giới. |
| One of the primary causes of lifestyle diseases is the growing dependence on processed foods. Many people opt for fast food due to its convenience, affordability, and taste. However, such foods are often high in unhealthy fats, sugars, and artificial additives, leading to various metabolic disorders. Furthermore, modern work environments, which involve long hours of sitting and limited physical activity, contribute to obesity and poor cardiovascular health. Studies suggest that individuals who spend prolonged periods in sedentary activities have a higher risk of developing chronic conditions compared to those who engage in regular exercise. | Một trong những nguyên nhân chính gây ra các bệnh liên quan đến lối sống là sự phụ thuộc ngày càng tăng vào thực phẩm chế biến sẵn. Nhiều người lựa chọn thức ăn nhanh vì sự tiện lợi, giá cả phải chăng và hương vị của nó. Tuy nhiên, những thực phẩm như vậy thường chứa nhiều chất béo, đường và chất phụ gia nhân tạo không tốt cho sức khỏe, dẫn đến nhiều sự rối loạn chuyển hóa khác nhau. Hơn nữa, môi trường làm việc hiện đại, đòi hỏi phải ngồi nhiều giờ và hoạt động thể chất bị hạn chế, góp phần gây ra bệnh béo phì và sức khỏe tim mạch kém. Các nghiên cứu cho thấy những người dành thời gian dài cho các hoạt động ít vận động có nguy cơ mắc các bệnh mãn tính cao hơn so với những người tập thể dục thường xuyên. |
| The impact of modern lifestyles is not limited to physical health but also extends to mental well-being. High levels of stress, often resulting from demanding work schedules, social pressures, and digital overexposure, have led to an increase in anxiety and depression. Excessive screen time, particularly on social media, has been linked to reduced sleep quality and lower self-esteem. Moreover, the constant exposure to digital content can create an overstimulated mind, making relaxation and mindfulness difficult to achieve. | Tác động của lối sống hiện đại không chỉ giới hạn ở sức khỏe thể chất mà còn mở rộng đến sức khỏe tinh thần. Mức độ căng thẳng cao, thường do lịch trình làm việc khắt khe, áp lực xã hội và việc tiếp xúc quá nhiều với công nghệ số, đã dẫn đến sự gia tăng lo lắng và trầm cảm. Thời gian sử dụng màn hình quá mức, đặc biệt là trên mạng xã hội, có liên quan đến việc giảm chất lượng giấc ngủ và lòng tự trọng thấp hơn. Hơn nữa, việc tiếp xúc liên tục với nội dung kỹ thuật số có thể tạo ra tâm trí bị kích thích quá mức, khiến cho việc thư giãn và chánh niệm khó đạt được. |
| To combat these health challenges, individuals and governments must take proactive measures. Encouraging a balanced diet rich in whole foods, promoting regular physical activity, and raising awareness about mental health are essential steps. Additionally, implementing workplace wellness programs and restricting screen time, especially among children and teenagers, can help create healthier living conditions. By prioritizing well-being and making informed lifestyle choices, people can mitigate the negative effects of modern life and achieve long-term health benefits. | Để chống lại những thách thức sức khỏe này, các cá nhân và chính phủ phải thực hiện các biện pháp chủ động. Khuyến khích một chế độ ăn uống cân bằng, giàu thực phẩm nguyên chất, thúc đẩy hoạt động thể chất thường xuyên và nâng cao nhận thức về sức khỏe tinh thần là những bước cần thiết. Ngoài ra, việc thực hiện các chương trình chăm sóc sức khỏe tại nơi làm việc và hạn chế thời gian sử dụng màn hình, đặc biệt là ở trẻ em và thanh thiếu niên, có thể giúp tạo điều kiện sống lành mạnh hơn. Bằng cách ưu tiên sức khỏe và các lựa chọn lối sống sáng suốt, mọi người có thể giảm thiểu những tác động tiêu cực của cuộc sống hiện đại và đạt được những lợi ích sức khỏe lâu dài. |

**Câu sau đây phù hợp nhất ở vị trí nào trong đoạn 1?**

**“Sức khỏe suy giảm có liên quan đến những thay đổi trong thói quen hàng ngày và môi trường làm việc.”**

**A.** (IV)

**B.** (II)

**C.** (III)

**D.** (I)

**Thông tin:**

While technological advancements and convenience-oriented habits have improved many aspects of life, they have also introduced several health-related challenges. A decline in health has been linked to changes in daily routines and work environments. Today, many individuals suffer from lifestyle diseases, such as obesity, diabetes, and cardiovascular disorders, primarily due to poor dietary choices, lack of physical activity, and high-stress levels. (Trong khi những tiến bộ công nghệ và thói quen hướng đến sự tiện lợi đã cải thiện nhiều khía cạnh của cuộc sống, chúng cũng đặt ra một số thách thức liên quan đến sức khỏe. Sức khỏe suy giảm có liên quan đến những thay đổi trong thói quen hàng ngày và môi trường làm việc. Ngày nay, nhiều người mắc các bệnh liên quan đến lối sống, chẳng hạn như béo phì, tiểu đường và rối loạn tim mạch, chủ yếu là do các lựa chọn chế độ ăn uống kém, thiếu hoạt động thể chất và mức độ căng thẳng cao.)

+ Câu cần điền phù hợp nhất ở vị trí (II) vì tạo ra sự liên kết logic giữa ‘một số thách thức liên quan đến sức khỏe’ đề cập trong câu liền trước đó là do ‘những thay đổi trong thói quen hằng ngày và môi trường làm việc có liên quan đến sức khỏe suy giảm’ đề cập trong câu cần điền này và dẫn đến các vấn đề sức khỏe cụ thể đề cập ở câu liền sau, ví dụ như béo phì, tiểu đường và rối loạn tim mạch.

→ **Chọn đáp án B**

**Question 2.**

Which of the following best summarises paragraph 3?

**A.** The primary cause of mental health problems is the overuse of digital devices in modern society.

**B.** People with demanding work schedules are less likely to experience mental health problems.

**C.** Modern lifestyles negatively affect not only physical but also mental health, leading to issues like stress, anxiety, poor sleep quality, and low self-esteem.

**D.** Social media and digital content contribute positively to relaxation and self-esteem.

**Giải thích**

**Điều nào sau đây tóm tắt tốt nhất đoạn 3?**

**A.** Nguyên nhân chính gây ra các vấn đề về sức khỏe tinh thần là việc sử dụng quá mức các thiết bị kỹ thuật số trong xã hội hiện đại. → Sai vì ngoài việc sử dụng quá mức các thiết bị kỹ thuật số còn có nguyên nhân khác như lịch trình làm việc khắt khe, áp lực xã hội cũng góp phần gây ra vấn đề về sức khỏe tinh thần.

**B.** Những người có lịch trình làm việc khắt khe sẽ ít gặp các vấn đề về sức khỏe tinh thần hơn. → Sai vì trái với thông tin trong đoạn đề cập rằng người có lịch trình làm việc khắt khe thường gặp vấn đề về sức khỏe tinh thần, không phải ‘ít gặp’.

**C.** Lối sống hiện đại ảnh hưởng tiêu cực không chỉ đến sức khỏe thể chất mà còn cả tinh thần, dẫn đến các vấn đề như căng thẳng, lo lắng, chất lượng giấc ngủ kém và lòng tự trọng thấp. → Đúng vì tóm tắt nội dung chính của đoạn.

**D.** Mạng xã hội và nội dung kỹ thuật số góp phần tích cực vào việc thư giãn và lòng tự trọng. → Sai ở ‘positively’ vì trái với thông tin trong đoạn đề cập việc tiếp xúc nhiều với mạng xã hội và nội dung kỹ thuật số ảnh hưởng tiêu cực đến việc thư giãn và lòng tự trọng.

**Tóm tắt:**

The impact of modern lifestyles is not limited to physical health but also extends to mental well-being. High levels of stress, often resulting from demanding work schedules, social pressures, and digital overexposure, have led to an increase in anxiety and depression. Excessive screen time, particularly on social media, has been linked to reduced sleep quality and lower self-esteem. Moreover, the constant exposure to digital content can create an overstimulated mind, making relaxation and mindfulness difficult to achieve. (Tác động của lối sống hiện đại không chỉ giới hạn ở sức khỏe thể chất mà còn mở rộng đến sức khỏe tinh thần. Mức độ căng thẳng cao, thường do lịch trình làm việc khắt khe, áp lực xã hội và việc tiếp xúc quá nhiều với công nghệ số, đã dẫn đến sự gia tăng lo lắng và trầm cảm. Thời gian sử dụng màn hình quá mức, đặc biệt là trên mạng xã hội, có liên quan đến việc giảm chất lượng giấc ngủ và lòng tự trọng thấp hơn. Hơn nữa, việc tiếp xúc liên tục với nội dung kỹ thuật số có thể tạo ra tâm trí bị kích thích quá mức, khiến cho việc thư giãn và chánh niệm khó đạt được.)

→ Đoạn 3 đề cập đến việc lối sống hiện đại không chỉ ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe thể chất mà còn đến cả sức khỏe tinh thần, dẫn đến mức độ căng thẳng cao, sự gia tăng lo lắng, trầm cảm, chất lượng giấc ngủ bị giảm và lòng tự trọng thấp hơn.

→ **Chọn đáp án C**

**Question 3.**

Which of the following best paraphrases the underlined sentence in paragraph 4?

**A.** The impact of lifestyle diseases cannot be controlled by individual efforts.

**B.** Physical activity and a balanced diet are not necessary for a healthy life.

**C.** Making healthy choices can help reduce the harmful effects of modern lifestyles.

**D.** The only way to counter modern health issues is by avoiding digital technology.

**Giải thích**

**Câu nào sau đây diễn giải tốt nhất câu được gạch chân ở đoạn 4?**

**A.** Tác động của bệnh tật do lối sống không thể được kiểm soát bằng nỗ lực của mỗi cá nhân. → Sai về ngữ nghĩa so với câu gốc.

**B.** Hoạt động thể chất và chế độ ăn uống cân bằng là không cần thiết cho một cuộc sống khỏe mạnh. → Sai về ngữ nghĩa so với câu gốc, ‘are not necessary’ trái với câu gốc hàm ý cho thấy ‘hoạt động thể chất và chế độ ăn uống cân bằng’ là cần thiết cho một cuộc sống khỏe mạnh.

**C.** Đưa ra những lựa chọn lành mạnh có thể giúp giảm ảnh hưởng gây hại của lối sống hiện đại. → Diễn đạt đúng nhất ý nghĩa của câu gốc.

**D.** Cách duy nhất để chống lại các vấn đề sức khỏe hiện đại là tránh xa công nghệ kỹ thuật số. → Sai về ngữ nghĩa so với câu gốc.

**Thông tin:**

By prioritizing well-being and making informed lifestyle choices, people can mitigate the negative effects of modern life and achieve long-term health benefits. (Bằng cách ưu tiên sức khỏe và các lựa chọn lối sống sáng suốt, mọi người có thể giảm thiểu những tác động tiêu cực của cuộc sống hiện đại và đạt được những lợi ích sức khỏe lâu dài.)

→ **Chọn đáp án C**

**Question 4.**

The word "**excessive**" in paragraph 3 is **OPPOSITE** in meaning to \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**A.** unnecessary **B.** intense **C.** limited **D.** prolonged

**Giải thích**

**Từ “excessive” ở đoạn 3 thì TRÁI NGHĨA với \_\_\_\_\_\_\_.**

**A.** unnecessary /ʌnˈnesəseri/ (adj): không cần thiết

**B.** intense /ɪnˈtens/ (adj): mạnh mẽ

**C.** limited /ˈlɪmɪtɪd/ (adj): hạn chế

**D.** prolonged /prəˈlɔːŋd/ (adj): kéo dài

- excessive /ɪkˈsesɪv/ (adj): quá mức >< limited (adj)

**Thông tin:**

**Excessive** screen time, particularly on social media, has been linked to reduced sleep quality and lower self-esteem. (Thời gian sử dụng màn hình quá mức, đặc biệt là trên mạng xã hội, có liên quan đến việc giảm chất lượng giấc ngủ và lòng tự trọng thấp hơn.)

→ **Chọn đáp án C**

**Question 5.**

Which of the following can be inferred from the passage?

**A.** Governments play no role in addressing modern lifestyle diseases.

**B.** The main cause of lifestyle diseases is genetic predisposition.

**C.** Mental health issues are more serious than physical health problems.

**D.** Modern habits contribute to both physical and mental health challenges.

**Giải thích**

**Điều nào sau đây có thể được suy ra từ bài đọc?**

**A.** Chính phủ không có vai trò gì trong việc giải quyết các bệnh liên quan đến lối sống hiện đại.

**B.** Nguyên nhân chính gây ra các bệnh liên quan đến lối sống là do bẩm chất di truyền.

**C.** Các vấn đề về sức khỏe tinh thần nghiêm trọng hơn các vấn đề về sức khỏe thể chất.

**D.** Thói quen hiện đại góp phần gây ra những thách thức về sức khỏe thể chất và tinh thần.

**Thông tin:**

+ To combat these health challenges, individuals and **governments must take proactive measures**. (Để chống lại những thách thức sức khỏe này, các cá nhân và chính phủ phải thực hiện các biện pháp chủ động.)

→ A sai ở ‘play no role in’ vì trái với thông tin đề cập rằng chính phủ có vai trò tích cực, phải thực hiện các biện pháp chủ động.

+ B không thể suy ra từ bài đọc vì ‘genetic predisposition’ không được đề cập trong bài đọc.

+ C không thể suy ra từ bài đọc vì không có thông tin so sánh mức độ nghiêm trọng của vấn đề sức khỏe tinh thần và thế chất mà chỉ đề cập cả hai đều chịu ảnh hưởng tiêu cực của lối sống hiện đại.

+ Today, many individuals suffer from lifestyle diseases, such as **obesity, diabetes, and cardiovascular disorders**, primarily due to poor dietary choices, lack of physical activity, and high-stress levels. (Ngày nay, nhiều người mắc các bệnh liên quan đến lối sống, chẳng hạn như béo phì, tiểu đường và rối loạn tim mạch, chủ yếu là do các lựa chọn chế độ ăn uống kém, thiếu hoạt động thể chất và mức độ căng thẳng cao.)

+ **High levels of stress**, often resulting from demanding work schedules, social pressures, and digital overexposure, have led to **an increase in anxiety and depression**. (Mức độ căng thẳng cao, thường do lịch trình làm việc khắt khe, áp lực xã hội và việc tiếp xúc quá nhiều với công nghệ số, đã dẫn đến sự gia tăng lo lắng và trầm cảm.)

→ D có thể được suy ra từ bài đọc.

→ **Chọn đáp án D**

**Question 6.**

Which of the following best summarises the passage?

**A.** Modern lifestyles contribute to various health issues, both physical and mental, requiring proactive solutions such as healthier diets, exercise, and stress management.

**B.** Workplace habits and sedentary lifestyles have only led to an increase in obesity, while mental health remains largely unaffected.

**C.** Fast food and digital addiction are the only factors causing health problems in modern society.

**D.** The rise in mental health disorders is solely due to social media exposure, which has negatively impacted sleep and self-esteem worldwide.

**Giải thích**

**Điều nào sau đây tóm tắt tốt nhất bài đọc?**

**A.** Lối sống hiện đại góp phần gây ra nhiều vấn đề sức khỏe khác nhau, cả về thể chất và tinh thần, đòi hỏi các giải pháp chủ động như chế độ ăn uống lành mạnh hơn, tập thể dục và kiểm soát căng thẳng. → Đúng vì tóm tắt đầy đủ nội dung chính của bài đọc.

**B.** Thói quen tại nơi làm việc và lối sống ít vận động chỉ làm tăng tình trạng béo phì, trong khi sức khỏe tinh thần phần lớn không bị ảnh hưởng. → Sai ở ‘mental health remains largely unaffected’ vì trái với thông tin trong bài đọc đề cập rất rõ rằng sức khỏe tinh thần có bị ảnh hưởng nghiêm trọng.

**C.** Thức ăn nhanh và chứng nghiện công nghệ số là những yếu tố duy nhất gây ra vấn đề sức khỏe trong xã hội hiện đại. → Sai ở ‘the only factors’ vì bên cạnh thức ăn nhanh và chứng nghiện công nghệ số thì còn có nhiều nguyên nhân khác như áp lực công việc, lối sống ít vận động, áp lực xã hội… gây ra vấn đề sức khỏe trong xã hội hiện đại.

**D.** Sự gia tăng các rối loạn sức khỏe tinh thần chỉ là do tiếp xúc với mạng xã hội, điều này đã tác động tiêu cực đến giấc ngủ và lòng tự trọng trên toàn thế giới. → Sai ở ‘solely due to social media exposure’ vì bên cạnh việc tiếp xúc với mạng xã hội thì còn có áp lực công việc, áp lực xã hội… làm gia tăng các vấn đề về sức khỏe tinh thần.

**Tóm tắt:**

+ **Đoạn 1:** Lối sống hiện đại đã cải thiện nhiều khía cạnh của cuộc sống nhưng cũng gây ra nhiều vấn đề sức khỏe như béo phì, tiểu đường, bệnh tim do ăn uống kém, ít vận động và mức độ căng thẳng cao.

+ **Đoạn 2:** Một trong những nguyên nhân chính gây ra các bệnh liên quan đến lối sống là sự tiêu thụ ngày càng tăng của thực phẩm chế biến sẵn và tình trạng ngồi nhiều giờ cũng như hoạt động thể chất bị hạn chế trong môi trường làm việc hiện đại.

+ **Đoạn 3:** Lối sống hiện đại không chỉ ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe thể chất mà còn đến cả sức khỏe tinh thần, dẫn đến mức độ căng thẳng cao, sự gia tăng lo lắng, trầm cảm, chất lượng giấc ngủ bị giảm và lòng tự trọng thấp hơn.

+ **Đoạn 4:** Để chống lại những thách thức sức khỏe này, các cá nhân và chính phủ phải thực hiện các biện pháp chủ động như: khuyến khích chế độ ăn uống lành mạnh, hoạt động thể chất thường xuyên, nâng cao nhận thức về sức khỏe tinh thần, thực hiện các chương trình chăm sóc sức khỏe tại nơi làm việc và hạn chế thời gian sử dụng màn hình.

→ Bài đọc nói về việc lối sống hiện đại đã gây ra nhiều vấn đề sức khỏe về tinh thần và thể chất khác nhau, đòi hỏi cá nhân và chính phủ phải thực hiện các biện pháp chủ động như chế độ ăn uống lành mạnh, tập thể dục thường xuyên, nâng cao nhận thức về sức khỏe tinh thần và một số biện pháp khác.

→ **Chọn đáp án A**

**Question 7.**

The phrase "**placing a significant burden on**" in paragraph 1 could be best replaced by \_\_\_\_.

**A.** adding strain to **B.** increasing the efficiency of

**C.** reducing reliance on **D.** easing the pressure on

**Giải thích**

**Cụm từ “placing a significant burden on” ở đoạn 1 có thể được thay thế tốt nhất bằng \_\_\_\_\_\_.**

**A.** add strain to: gây căng thẳng thêm

**B.** increase the efficiency of: tăng hiệu quả

**C.** reduce reliance on: giảm sự phụ thuộc

**D.** ease the pressure on: giảm áp lực

- place a significant burden on: đặt gánh nặng đáng kể = add strain to

**Thông tin:**

These factors contribute to declining overall health and increasing medical costs, **placing a significant burden on** healthcare systems worldwide. (Những yếu tố này góp phần làm suy giảm sức khỏe tổng thể và gia tăng chi phí y tế, đặt gánh nặng đáng kể lên các hệ thống chăm sóc sức khỏe trên toàn thế giới.)

→ **Chọn đáp án A**

**Question 8.**

The word "**its**" in paragraph 2 refers to \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**A.** affordability **B.** fast food **C.** dependence **D.** lifestyle diseases

**Giải thích**

**Từ “its” trong đoạn 2 đề cập đến\_\_\_\_\_\_\_\_\_.**

**A.** giá cả phải chăng

**B.** thức ăn nhanh

**C.** sự phụ thuộc

**D.** bệnh liên quan đến lối sống

- Từ “its” trong đoạn 2 đề cập đến “fast food”.

**Thông tin:**

Many people opt for **fast food** due to **its** convenience, affordability, and taste. (Nhiều người lựa chọn thức ăn nhanh vì sự tiện lợi, giá cả phải chăng và hương vị của nó.)

→ **Chọn đáp án B**

**Question 9.**

Which of the following is TRUE according to the passage?

**A.** Fast food consumption is decreasing due to increased awareness of health issues.

**B.** Workplace wellness programs have proven ineffective in improving health.

**C.** Prolonged sedentary behavior can lead to higher risks of chronic diseases.

**D.** Digital exposure has no impact on sleep quality or self-esteem.

**Giải thích**

**Điều nào sau đây là ĐÚNG theo bài đọc?**

**A.** Mức tiêu thụ thức ăn nhanh đang giảm do nhận thức về các vấn đề sức khỏe ngày càng tăng.

**B.** Các chương trình chăm sóc sức khỏe tại nơi làm việc đã được chứng minh là không hiệu quả trong việc cải thiện sức khỏe.

**C.** Thói quen ít vận động kéo dài có thể dẫn đến nguy cơ mắc các bệnh mãn tính cao hơn.

**D.** Việc tiếp xúc với kỹ thuật số không ảnh hưởng đến chất lượng giấc ngủ hoặc lòng tự trọng.

**Thông tin:**

+ Many people **opt for fast food** due to its **convenience**, **affordability**, and **taste**. (Nhiều người lựa chọn thức ăn nhanh vì sự tiện lợi, giá cả phải chăng và hương vị của nó.)

→ A sai vì ‘Fast food consumption is decreasing’ không được đề cập mà thông tin chỉ đề cập rằng nhiều người chọn thức ăn nhanh vì nó tiện lợi, rẻ và ngon.

+ Additionally, **implementing workplace wellness programs** and restricting screen time, especially among children and teenagers, **can help create healthier living conditions**. (Ngoài ra, việc thực hiện các chương trình chăm sóc sức khỏe tại nơi làm việc và hạn chế thời gian sử dụng màn hình, đặc biệt là ở trẻ em và thanh thiếu niên, có thể giúp tạo điều kiện sống lành mạnh hơn.)

→ B sai vì thông tin đề cập việc triển khai các chương trình chăm sóc sức khỏe tại nơi làm việc như là một giải pháp, không đề cập đến việc ‘have proven ineffective in improving health’.

+ **Excessive screen time**, particularly on social media, has been linked to **reduced sleep quality** and **lower self-esteem**. (Thời gian sử dụng màn hình quá mức, đặc biệt là trên mạng xã hội, có liên quan đến việc giảm chất lượng giấc ngủ và lòng tự trọng thấp hơn.)

→ D sai ở ‘no’ vì trái với thông tin đề cập việc tiếp xúc với kỹ thuật số quá mức sẽ tác động tiêu cực đến giấc ngủ và lòng tự trọng.

+ Studies suggest that **individuals who spend prolonged periods in sedentary activities have a higher risk of developing chronic conditions** compared to those who engage in regular exercise. (Các nghiên cứu cho thấy những người dành thời gian dài cho các hoạt động ít vận động có nguy cơ mắc các bệnh mãn tính cao hơn so với những người tập thể dục thường xuyên.)

→ C đúng.

→ **Chọn đáp án C**

**Question 10.**

According to paragraph 2, which of the following is **NOT mentioned** as a cause of lifestyle diseases?

**A.** Limited physical activity **B.** High intake of processed foods

**C.** Prolonged sitting hours **D.** Lack of access to healthcare

**Giải thích**

**Theo đoạn 2, điều nào sau đây KHÔNG được đề cập đến như một nguyên nhân gây ra các bệnh liên quan đến lối sống?**

**A.** Hoạt động thể chất hạn chế

**B.** Ăn nhiều thực phẩm chế biến sẵn

**C.** Ngồi kéo dài

**D.** Thiếu khả năng tiếp cận dịch vụ chăm sóc sức khỏe

**Thông tin:**

+ Furthermore, modern work environments, which involve **long hours of sitting** and **limited physical activity**, contribute to obesity and poor cardiovascular health. (Hơn nữa, môi trường làm việc hiện đại, đòi hỏi phải ngồi nhiều giờ và hoạt động thể chất bị hạn chế, góp phần gây ra bệnh béo phì và sức khỏe tim mạch kém.)

→ A và C được đề cập.

+ One of the primary causes of lifestyle diseases is **the growing dependence on processed foods**. (Một trong những nguyên nhân chính gây ra các bệnh liên quan đến lối sống là sự phụ thuộc ngày càng tăng vào thực phẩm chế biến sẵn.)

→ B được đề cập.

→ D không được đề cập như là một nguyên nhân gây ra các bệnh liên quan đến lối sống theo đoạn 2.

→ **Chọn đáp án D**

***Read the following passage about wildlife conservation and mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the best answer to each of the following questions from 11 to 18.***

Renewable energy sources are becoming increasingly important in today's world. With fossil fuel reserves decreasing and concerns about climate change rising, many countries are turning to alternative energy sources such as solar, wind, hydro, and geothermal power. These sources offer a cleaner, more sustainable way to produce electricity and reduce greenhouse gas emissions.

One significant advantage of renewable energy is ***its*** sustainability. Unlike fossil fuels, which are ***finite*** and will eventually be depleted, renewable energy sources are naturally ***replenished***. For example, sunlight and wind are inexhaustible resources that can be harnessed continuously. Hydropower relies on the water cycle, and geothermal energy comes from the Earth's internal heat, both of which are renewable.

However, there are also challenges associated with renewable energy. One major issue is reliability. Solar panels, for instance, depend on sunlight, which is not available at night or during cloudy days. Wind turbines require consistent wind speeds to generate electricity efficiently. **To overcome these challenges, scientists are developing better energy storage solutions, such as advanced batteries, to store excess energy for use when needed.**

Governments worldwide are investing heavily in renewable energy. Many countries have set ambitious targets to increase the share of renewables in their energy mix. The European Union, for instance, aims to generate at least 32% of its electricity from renewable sources by 2030. Additionally, technological advancements are making renewable energy more affordable and accessible, encouraging further adoption.

**Question 11.**

In which paragraph does the writer mention the challenge of using renewable energy?

**A.** Paragraph 1 **B.** Paragraph 3 **C.** Paragraph 4 **D.** Paragraph 2

**Giải thích**

|  |  |
| --- | --- |
| **DỊCH BÀI** | |
| Renewable energy sources are becoming increasingly important in today's world. With fossil fuel reserves decreasing and concerns about climate change rising, many countries are turning to alternative energy sources such as solar, wind, hydro, and geothermal power. These sources offer a cleaner, more sustainable way to produce electricity and reduce greenhouse gas emissions. | Các nguồn năng lượng tái tạo ngày càng trở nên quan trọng trong thế giới ngày nay. Với trữ lượng nhiên liệu hóa thạch ngày càng giảm và các mối lo ngại về biến đổi khí hậu ngày càng gia tăng, nhiều quốc gia đang chuyển sang các nguồn năng lượng thay thế như năng lượng mặt trời, gió, thủy điện và địa nhiệt. Những nguồn này cung cấp một phương pháp sạch hơn, bền vững hơn để sản xuất điện và giảm phát thải khí nhà kính. |
| One significant advantage of renewable energy is its sustainability. Unlike fossil fuels, which are finite and will eventually be depleted, renewable energy sources are naturally replenished. For example, sunlight and wind are inexhaustible resources that can be harnessed continuously. Hydropower relies on the water cycle, and geothermal energy comes from the Earth's internal heat, both of which are renewable. | Một lợi thế đáng kể của năng lượng tái tạo là tính bền vững của nó. Không giống như nhiên liệu hóa thạch thì có hạn và cuối cùng sẽ cạn kiệt, các nguồn năng lượng tái tạo được bổ sung một cách tự nhiên. Ví dụ, ánh sáng mặt trời và gió là nguồn tài nguyên vô tận có thể được khai thác liên tục. Thủy điện dựa vào chu trình nước và năng lượng địa nhiệt đến từ nhiệt bên trong Trái đất, cả hai đều có thể tái tạo. |
| However, there are also challenges associated with renewable energy. One major issue is reliability. Solar panels, for instance, depend on sunlight, which is not available at night or during cloudy days. Wind turbines require consistent wind speeds to generate electricity efficiently. To overcome these challenges, scientists are developing better energy storage solutions, such as advanced batteries, to store excess energy for use when needed. | Tuy nhiên, cũng có những thách thức liên quan đến năng lượng tái tạo. Một vấn đề chính là độ tin cậy. Ví dụ, các tấm pin mặt trời phụ thuộc vào ánh sáng mặt trời, thứ không có vào ban đêm hoặc những ngày nhiều mây. Tua bin gió yêu cầu tốc độ gió ổn định để tạo ra điện một cách hiệu quả. Để vượt qua những thách thức này, các nhà khoa học đang phát triển các giải pháp lưu trữ năng lượng tốt hơn, chẳng hạn như pin tiên tiến, để lưu trữ năng lượng dư thừa để sử dụng khi cần thiết. |
| Governments worldwide are investing heavily in renewable energy. Many countries have set ambitious targets to increase the share of renewables in their energy mix. The European Union, for instance, aims to generate at least 32% of its electricity from renewable sources by 2030. Additionally, technological advancements are making renewable energy more affordable and accessible, encouraging further adoption. | Các chính phủ trên toàn thế giới đang đầu tư mạnh vào năng lượng tái tạo. Nhiều quốc gia đã đặt ra các mục tiêu đầy tham vọng nhằm tăng tỷ trọng năng lượng tái tạo trong cơ cấu năng lượng của họ. Ví dụ, Liên minh Châu Âu đặt mục tiêu tạo ra ít nhất 32% điện năng từ các nguồn tái tạo vào năm 2030. Ngoài ra, những tiến bộ công nghệ đang làm cho năng lượng tái tạo có giá cả phải chăng và dễ tiếp cận hơn, khuyến khích sự áp dụng thêm. |

**Trong đoạn văn nào tác giả đề cập đến thách thức của việc sử dụng năng lượng tái tạo?**

**A.** Đoạn 1

**B.** Đoạn 3

**C.** Đoạn 4

**D.** Đoạn 2

- Tác giả đề cập đến thách thức của việc sử dụng năng lượng tái tạo ở đoạn 3.

**Thông tin:**

However, there are also challenges associated with renewable energy. (Tuy nhiên, cũng có những thách thức liên quan đến năng lượng tái tạo.)

→ **Chọn đáp án B**

**Question 12.**

Which of the following is **NOT mentioned** as a renewable energy source?

**A.** Solar energy **B.** Nuclear energy **C.** Wind energy **D.** Geothermal energy

**Giải thích**

**Điều nào sau đây KHÔNG được đề cập là một nguồn năng lượng tái tạo?**

**A.** Năng lượng mặt trời

**B.** Năng lượng hạt nhân

**C.** Năng lượng gió

**D.** Năng lượng địa nhiệt

**Thông tin:**

With fossil fuel reserves decreasing and concerns about climate change rising, many countries are turning to alternative energy sources such as **solar**, **wind**, hydro, and **geothermal** power. (Với trữ lượng nhiên liệu hóa thạch ngày càng giảm và các mối lo ngại về biến đổi khí hậu ngày càng gia tăng, nhiều quốc gia đang chuyển sang các nguồn năng lượng thay thế như năng lượng mặt trời, gió, thủy điện và địa nhiệt.)

→ A, C và D được đề cập.

→ B không được đề cập là một nguồn năng lượng tái tạo.

→ **Chọn đáp án B**

**Question 13.**

The word “***its***” in paragraph 2 refers to \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**A.** fossil fuels **B.** electricity **C.** sustainability **D.** renewable energy

**Giải thích**

**Từ “*its*” trong đoạn 2 đề cập đến\_\_\_\_\_\_\_\_\_.**

**A.** nhiên liệu hóa thạch

**B.** điện

**C.** tính bền vững

**D.** năng lượng tái tạo

- Từ “its” trong đoạn 2 đề cập đến “renewable energy”.

**Thông tin:**

One significant advantage of **renewable energy** is ***its*** sustainability. (Một lợi thế đáng kể của năng lượng tái tạo là tính bền vững của nó.)

→ **Chọn đáp án D**

**Question 14.**

Which of the following is **TRUE** according to the passage?

**A.** Renewable energy sources contribute to greenhouse gas emissions.

**B.** Fossil fuels are infinite and will never run out.

**C.** The EU plans to generate over 50% of its electricity from renewables by 2030.

**D.** The availability of sunlight and wind is unpredictable.

**Giải thích**

**Điều nào sau đây là ĐÚNG theo bài đọc?**

**A.** Các nguồn năng lượng tái tạo góp phần vào sự phát thải khí nhà kính.

**B.** Nhiên liệu hóa thạch là vô tận và sẽ không bao giờ cạn kiệt.

**C.** EU có kế hoạch tạo ra hơn 50% điện năng từ năng lượng tái tạo vào năm 2030.

**D.** Sự sẵn có của ánh sáng mặt trời và gió là không thể dự đoán được.

**Thông tin:**

+ These sources offer a cleaner, more sustainable way to produce electricity and **reduce greenhouse gas emissions**. (Những nguồn này cung cấp một phương pháp sạch hơn, bền vững hơn để sản xuất điện và giảm phát thải khí nhà kính.)

→ A sai ở ‘contribute to’ vì trái với thông tin đề cập rằng các nguồn năng lượng tái tạo giúp giảm sự phát thải khí nhà kính, không phải góp phần tạo ra.

+ Unlike **fossil fuels**, which are **finite** and **will eventually be depleted**, renewable energy sources are naturally replenished. (Không giống như nhiên liệu hóa thạch thì có hạn và cuối cùng sẽ cạn kiệt, các nguồn năng lượng tái tạo được bổ sung một cách tự nhiên.)

→ B sai ở ‘infinite’ và ‘will never run out’ vì trái với thông tin đề cập rằng nhiên liệu hóa thạch thì có hạn và cuối cùng sẽ cạn kiệt.

+ The European Union, for instance, aims to generate **at least 32%** of its electricity from renewable sources by 2030. (Ví dụ, Liên minh Châu Âu đặt mục tiêu tạo ra ít nhất 32% điện năng từ các nguồn tái tạo vào năm 2030.)

→ C sai ở ‘over 50%’ (hơn 50%) vì thông tin đề cập rằng ‘at least 32%’ (ít nhất 32%).

+ **Solar panels**, for instance, depend on sunlight, **which is not available at night or during cloudy days**. **Wind turbines require consistent wind speeds to generate electricity efficiently**. (Ví dụ, các tấm pin mặt trời phụ thuộc vào ánh sáng mặt trời, thứ không có vào ban đêm hoặc những ngày nhiều mây. Tua bin gió yêu cầu tốc độ gió ổn định để tạo ra điện một cách hiệu quả.)

→ D đúng.

→ **Chọn đáp án D**

**Question 15.**

The word "***replenished***" in paragraph 2 could be best replaced by \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**A.** restored **B.** consumed **C.** reduced **D.** reused

**Giải thích**

**Từ “*replenished*” ở đoạn 2 có thể được thay thế tốt nhất bằng \_\_\_\_\_\_\_\_.**

**A.** restore /rɪˈstɔːr/ (v): phục hồi, khôi phục

**B.** consume /kənˈsuːm/ (v): tiêu thụ

**C.** reduce /rɪˈdjuːs/ (v): giảm bớt

**D.** reuse /ˌriːˈjuːz/ (v): tái sử dụng

- replenish /rɪˈplenɪʃ/ (v): bổ sung, làm đầy lại = restore (v)

**Thông tin:**

Unlike fossil fuels, which are finite and will eventually be depleted, renewable energy sources are naturally ***replenished***. (Không giống như nhiên liệu hóa thạch thì có hạn và cuối cùng sẽ cạn kiệt, các nguồn năng lượng tái tạo được bổ sung một cách tự nhiên.)

→ **Chọn đáp án A**

**Question 16.**

In which paragraph does the writer discuss government efforts to promote renewable energy?

**A.** Paragraph 3 **B.** Paragraph 4 **C.** Paragraph 1 **D.** Paragraph 2

**Giải thích**

Trong đoạn văn nào tác giả thảo luận về nỗ lực của chính phủ nhằm thúc đẩy năng lượng tái tạo?

**A.** Đoạn 3

**B.** Đoạn 4

**C.** Đoạn 1

**D.** Đoạn 2

- Tác giả thảo luận về nỗ lực của chính phủ nhằm thúc đẩy năng lượng tái tạo ở đoạn 4.

**Thông tin:**

Governments worldwide are investing heavily in renewable energy. Many countries have set ambitious targets to increase the share of renewables in their energy mix. The European Union, for instance, aims to generate at least 32% of its electricity from renewable sources by 2030. (Các chính phủ trên toàn thế giới đang đầu tư mạnh vào năng lượng tái tạo. Nhiều quốc gia đã đặt ra các mục tiêu đầy tham vọng nhằm tăng tỷ trọng năng lượng tái tạo trong cơ cấu năng lượng của họ. Ví dụ, Liên minh Châu Âu đặt mục tiêu tạo ra ít nhất 32% điện năng từ các nguồn tái tạo vào năm 2030.)

→ **Chọn đáp án B**

**Question 17.**

Which of the following best paraphrases the underlined sentence in paragraph 3?

**A.** Advanced batteries are not helpful for storing renewable energy.

**B.** Energy storage solutions can help address the reliability issue of renewable energy.

**C.** There are no solutions to the reliability problem of renewable energy.

**D.** Renewable energy is completely reliable without any storage solutions.

**Giải thích**

**Câu nào sau đây diễn giải tốt nhất câu được gạch chân ở đoạn 3?**

**A.** Pin tiên tiến không hữu ích cho việc lưu trữ năng lượng tái tạo. → Sai về ngữ nghĩa so với câu gốc, ‘are not helpful’ trái với câu gốc đề cập pin tiên tiến có ích trong việc lưu trữ năng lượng tái tạo.

**B.** Giải pháp lưu trữ năng lượng có thể giúp giải quyết vấn đề về độ tin cậy của năng lượng tái tạo. → Diễn đạt đúng nhất ý nghĩa của câu gốc.

**C.** Không có giải pháp cho vấn đề về độ tin cậy của năng lượng tái tạo. → Sai về ngữ nghĩa so với câu gốc, ‘There are no solutions’ trái với câu gốc đề cập rằng là có giải pháp.

**D.** Năng lượng tái tạo hoàn toàn đáng tin cậy mà không cần bất kỳ giải pháp lưu trữ nào. → Sai về ngữ nghĩa so với câu gốc, ‘completely reliable without any storage solutions’ trái với câu gốc đề cập năng lượng tái tạo có vấn đề về độ tin cậy nên mới cần giải pháp.

**Thông tin:**

To overcome these challenges, scientists are developing better energy storage solutions, such as advanced batteries, to store excess energy for use when needed. (Để vượt qua những thách thức này, các nhà khoa học đang phát triển các giải pháp lưu trữ năng lượng tốt hơn, chẳng hạn như pin tiên tiến, để lưu trữ năng lượng dư thừa để sử dụng khi cần thiết.)

→ **Chọn đáp án B**

**Question 18.**

The word "***finite***" in paragraph 2 is **OPPOSITE** in meaning to \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**A.** endless **B.** limited **C.** depleted **D.** scarce

**Giải thích**

**Từ “*finite*” trong đoạn 2 thì TRÁI NGHĨA với \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.**

**A.** endless /ˈendləs/ (adj): vô tận

**B.** limited /ˈlɪmɪtɪd/ (adj): có giới hạn

**C.** depleted /dɪˈpliːtɪd/ (adj): cạn kiệt

**D.** scarce /skers/ (adj): khan hiếm

- finite /ˈfaɪnaɪt/ (adj): hữu hạn, có giới hạn >< endless (adj)

**Thông tin:**

Unlike fossil fuels, which are ***finite*** and will eventually be depleted, renewable energy sources are naturally replenished. (Không giống như nhiên liệu hóa thạch thì có hạn và cuối cùng sẽ cạn kiệt, các nguồn năng lượng tái tạo được bổ sung một cách tự nhiên.)

→ **Chọn đáp án A**

***Read the following leaflet and mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the option that best fits each of the numbered blanks from 19 to 24.***

**STAY SAFE: PREVENTING THE FLU EPIDEMIC**

**What is the flu epidemic?**

The flu epidemic is a contagious viral **(19)** \_\_\_\_\_\_\_ that affects the respiratory system. Every year, millions of people worldwide are impacted, leading to severe health issues and hospitalizations.

**Why it matters?**

When flu season arrives, it's essential to take precautions. If not managed effectively, the flu can **(20)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ into a widespread epidemic, putting vulnerable populations at risk. The **(21)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_ of flu cases can surge dramatically during peak season, leading to increased hospital visits and strain on healthcare systems. It's vital to stay informed and take preventative measures.

**How to prevent the flu**

* Get vaccinated: The flu vaccine is the most effective way to protect yourself and **(22)** \_\_\_\_\_\_\_. It’s recommended to get vaccinated annually.
* Stay home when sick: If you experience flu **(23)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, stay home to prevent spreading the virus to those around you.
* Follow guidelines: **(24)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ your health status, everyone should follow health guidelines to minimize the risk of flu transmission.

**Question 19.**

**A.** infection **B.** injury **C.** sickness **D.** ailment

**Giải thích**

|  |  |
| --- | --- |
| **DỊCH BÀI** | |
| **STAY SAFE: PREVENTING THE FLU EPIDEMIC** | **GIỮ AN TOÀN: PHÒNG NGỪA DỊCH CÚM** |
| **What is the flu epidemic?**  The flu epidemic is a contagious viral infection that affects the respiratory system. Every year, millions of people worldwide are impacted, leading to severe health issues and hospitalizations. | **Dịch cúm là gì?**  Dịch cúm là một bệnh nhiễm trùng gây ra bởi vi-rút ảnh hưởng đến hệ hô hấp. Hàng năm, hàng triệu người trên toàn thế giới bị ảnh hưởng, dẫn đến các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng và phải nhập viện. |
| **Why it matters?**  When flu season arrives, it's essential to take precautions. If not managed effectively, the flu can break out into a widespread epidemic, putting vulnerable populations at risk. The number of flu cases can surge dramatically during peak season, leading to increased hospital visits and strain on healthcare systems. It's vital to stay informed and take preventative measures. | **Tại sao nó quan trọng?**  Khi mùa cúm đến, việc đề phòng là điều cần thiết. Nếu không được quản lý hiệu quả, cúm có thể bùng phát thành bệnh dịch lan rộng, khiến những người dân mà dễ bị tổn thương gặp nguy hiểm. Số lượng ca mắc bệnh cúm có thể tăng đột biến trong mùa cao điểm, dẫn đến số lượng người đến bệnh viện tăng lên và gây căng thẳng cho hệ thống chăm sóc sức khỏe. Điều quan trọng là phải luôn cập nhật thông tin và thực hiện các biện pháp phòng ngừa. |
| **How to prevent the flu**   * Get vaccinated: The flu vaccine is the most effective way to protect yourself and others. It’s recommended to get vaccinated annually. * Stay home when sick: If you experience flu symptoms, stay home to prevent spreading the virus to those around you. * Follow guidelines: Regardless of your health status, everyone should follow health guidelines to minimize the risk of flu transmission. | **Cách phòng ngừa bệnh cúm**   * Tiêm vắc xin: Tiêm vắc xin cúm là cách hiệu quả nhất để bảo vệ bản thân và những người khác. Nên tiêm phòng hàng năm. * Ở nhà khi bị bệnh: Nếu bạn có các triệu chứng cúm, hãy ở nhà để tránh lây lan vi-rút sang những người xung quanh. * Tuân theo các hướng dẫn: Bất kể tình trạng sức khỏe của bạn như thế nào, mọi người nên tuân theo các hướng dẫn sức khỏe để giảm thiểu nguy cơ lây truyền bệnh cúm. |

**Kiến thức về từ vựng:**

**A.** infection /ɪnˈfekʃən/ (n): bệnh nhiễm trùng

**B.** injury /ˈɪndʒəri/ (n): vết thương

**C.** sickness /ˈsɪknəs/ (n): sự ốm yếu, bệnh tật (chung chung)

**D.** ailment /ˈeɪlmənt/ (n): bệnh nhẹ

- Ta có tính từ ‘viral’ (gây ra bởi vi-rút) nên ta chọn ‘infection’ để tạo thành cụm danh từ ‘viral infection’ (bệnh nhiễm trùng gây ra bởi vi-rút) là hợp lý nhất.

**Tạm dịch:**

The flu epidemic is a contagious viral infection that affects the respiratory system. (Dịch cúm là một bệnh nhiễm trùng gây ra bởi vi-rút ảnh hưởng đến hệ hô hấp.)

→ **Chọn đáp án A**

**Question 20.**

**A.** call off **B.** take over **C.** break out **D.**bring up

**Giải thích**

**Kiến thức về cụm động từ (Phrasal verbs):**

**A.** call off: hủy bỏ

**B.** take over: tiếp quản

**C.** break out: bùng phát

**D.** bring up: nuôi nấng ai, đề cập tới cái gì

**Tạm dịch:**

If not managed effectively, the flu can break out into a widespread epidemic, putting vulnerable populations at risk. (Nếu không được quản lý hiệu quả, cúm có thể bùng phát thành bệnh dịch lan rộng, khiến những người dân mà dễ bị tổn thương gặp nguy hiểm.)

→ **Chọn đáp án C**

**Question 21.**

**A.** number **B.** amount **C.** level **D.** quality

**Giải thích**

**A.** the number of + N (đếm được số nhiều): số lượng

**B.** the amount of + N (không đếm được): lượng

**C.** the level of + N (không đếm được): mức độ

**D.** the quality of + N (đếm được/không đếm được): chất lượng

- Ta có ‘flu cases’ (ca mắc bệnh cúm) là danh từ đếm được số nhiều và dựa vào ngữ nghĩa nên ta chọn ‘number’.

**Tạm dịch:**

The number of flu cases can surge dramatically during peak season, leading to increased hospital visits and strain on healthcare systems. (Số lượng ca mắc bệnh cúm có thể tăng đột biến trong mùa cao điểm, dẫn đến số lượng người đến bệnh viện tăng lên và gây căng thẳng cho hệ thống chăm sóc sức khỏe.)

→ **Chọn đáp án A**

**Question 22.**

**A.** another **B.** other **C.** the other **D.** others

**Giải thích**

**A.** another + N (đếm được số ít): một người/cái khác

**B.** other + N (đếm được số nhiều/không đếm được): những người/cái khác

**C.** the other + N (đếm được số ít/đếm được số nhiều): (những) người/cái còn lại

**D.** others: những người/cái khác

- Sau chỗ trống không có danh từ nên ta chọn ‘others’.

**Tạm dịch:**

The flu vaccine is the most effective way to protect yourself and others. (Tiêm vắc xin cúm là cách hiệu quả nhất để bảo vệ bản thân và những người khác.)

→ **Chọn đáp án D**

**Question 23.**

**A.** signals **B.** patterns **C.** features **D.** symptoms

**Giải thích**

**Kiến thức về từ vựng:**

**A.** signal /ˈsɪɡnəl/ (n): tín hiệu

**B.** pattern /ˈpætərn/ (n): mẫu, khuôn mẫu, họa tiết

**C.** feature /ˈfiːtʃər/ (n): đặc điểm, tính năng

**D.** symptom /ˈsɪmptəm/ (n): triệu chứng

**Tạm dịch:**

If you experience flu symptoms, stay home to prevent spreading the virus to those around you. (Nếu bạn có các triệu chứng cúm, hãy ở nhà để tránh lây lan vi-rút sang những người xung quanh.)

→ **Chọn đáp án D**

**Question 24.**

**A.** Rather than **B.** In view of **C.** On account of **D.** Regardless of

**Giải thích**

**A.** Rather than: thay vì

**B.** In view of: xét đến, bởi vì

**C.** On account of: bởi vì

**D.** Regardless of: bất kể

**Tạm dịch:**

Regardless of your health status, everyone should follow health guidelines to minimize the risk of flu transmission. (Bất kể tình trạng sức khỏe của bạn như thế nào, mọi người nên tuân theo các hướng dẫn sức khỏe để giảm thiểu nguy cơ lây truyền bệnh cúm.)

→ **Chọn đáp án D**

***Read the following advertisement and mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the option that best fits each of the numbered blanks from 25 to 30.***

**GET FIT WITH EASYFIT - YOUR PERSONAL FITNESS PARTNER!**

Are you struggling to stay **(25)** \_\_\_\_\_\_\_\_ and keep up with your fitness goals? EasyFit is here to help! Our app offers a **(26)** \_\_\_\_\_\_\_\_ that guides you through personalized workouts and nutrition plans.

Designed by top trainers, this feature **(27)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 'Smart Coach' provides step-by-step instructions to maximize your progress. You can also connect **(28)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_ experienced trainers and a community for motivation and support.

With EasyFit, you get access to diverse workout routines, from strength training and cardio to yoga. Our meal plans are tailored to your dietary preferences. The app also features challenges and progress reminders.

If you want to **(29)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ progress and see improvements, our tracking system will help you stay on track. Whether you enjoy **(30)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ at home, outdoors, or in the gym, EasyFit makes staying fit easier and more enjoyable.

Download EasyFit today and take the first step towards a healthier you!

**Question 25.**

**A.** actively **B.** activate **C.** activeness **D.** active

**Giải thích**

|  |  |
| --- | --- |
| **DỊCH BÀI** | |
| **GET FIT WITH EASYFIT - YOUR PERSONAL FITNESS PARTNER!** | **GIỮ VÓC DÁNG VỚI EASYFIT – NGƯỜI BẠN THỂ DỤC CÁ NHÂN CỦA BẠN!** |
| Are you struggling to stay active and keep up with your fitness goals? EasyFit is here to help! Our app offers a personal training program that guides you through personalized workouts and nutrition plans. | Bạn đang gặp khó khăn để duy trì năng động và theo kịp mục tiêu tập thể dục của mình? EasyFit sẵn sàng trợ giúp! Ứng dụng của chúng tôi cung cấp một chương trình huấn luyện cá nhân hướng dẫn bạn các kế hoạch tập luyện và dinh dưỡng được cá nhân hóa. |
| Designed by top trainers, this feature called 'Smart Coach' provides step-by-step instructions to maximize your progress. You can also connect with experienced trainers and a community for motivation and support. | Được thiết kế bởi các huấn luyện viên hàng đầu, tính năng này được gọi là 'Huấn luyện viên thông minh' cung cấp hướng dẫn từng bước để tối đa hóa sự tiến bộ của bạn. Bạn cũng có thể kết nối với các huấn luyện viên giàu kinh nghiệm và một cộng đồng để có động lực và hỗ trợ. |
| With EasyFit, you get access to diverse workout routines, from strength training and cardio to yoga. Our meal plans are tailored to your dietary preferences. The app also features challenges and progress reminders. | Với EasyFit, bạn có thể tiếp cận các thói quen tập luyện đa dạng, từ rèn luyện sức mạnh và tim mạch cho đến yoga. Kế hoạch về bữa ăn của chúng tôi được điều chỉnh theo sở thích về chế độ ăn của bạn. Ứng dụng này cũng có các thử thách và lời nhắc nhở về tiến độ. |
| If you want to make progress and see improvements, our tracking system will help you stay on track. Whether you enjoy working out at home, outdoors, or in the gym, EasyFit makes staying fit easier and more enjoyable. | Nếu bạn muốn tiến bộ và thấy những cải thiện, hệ thống theo dõi của chúng tôi sẽ giúp bạn đi đúng hướng. Cho dù bạn thích tập luyện ở nhà, ngoài trời hay trong phòng tập thể dục, EasyFit giúp việc giữ dáng dễ dàng và thú vị hơn. |
| Download EasyFit today and take the first step towards a healthier you! | Tải xuống EasyFit ngay hôm nay và thực hiện bước đầu tiên để bạn khỏe mạnh hơn! |

**Kiến thức về từ loại:**

**A.** actively /ˈæktɪvli/ (adv): một cách tích cực, chủ động

**B.** activate /ˈæktɪveɪt/ (v): kích hoạt

**C.** activeness /ˈæktɪvnəs/ (n): sự tích cực, tính chủ động

**D.** active /ˈæktɪv/ (adj): tích cực, chủ động, năng động

- stay + adj: duy trì tình trạng hoặc trạng thái nào đó → ta chọn tính từ ‘active’.

**Tạm dịch:**

Are you struggling to stay active and keep up with your fitness goals? (Bạn đang gặp khó khăn để duy trì năng động và theo kịp mục tiêu tập thể dục của mình?)

→ **Chọn đáp án D**

**Question 26.**

**A.** personal training program **B.**training program personal

**C.** program training personal**D.**personal program training

**Giải thích**

**Kiến thức về trật tự từ:**

- Ta có: personal /ˈpɜːsənəl/ (adj): thuộc về cá nhân

training program (np): chương trình huấn luyện (‘training’ là danh từ bổ nghĩa cho ‘program’ là danh từ chính)

- Theo quy tắc trật tự từ, ta dùng tính từ đứng trước danh từ để bổ nghĩa nên ta chọn ‘personal training program’.

**Tạm dịch:**

Our app offers a personal training program that guides you through personalized workouts and nutrition plans. (Ứng dụng của chúng tôi cung cấp một chương trình huấn luyện cá nhân hướng dẫn bạn các kế hoạch tập luyện và dinh dưỡng được cá nhân hóa.)

→ **Chọn đáp án A**

**Question 27.**

**A.** calling **B.** was called **C.** called **D.** which called

**Giải thích**

**Kiến thức về rút gọn mệnh đề quan hệ:**

- Ta thấy câu đã có chủ ngữ chính ‘this feature’ (tính năng này) và động từ chính ‘provides’ (cung cấp). Do vậy ta có thể sử dụng mệnh đề quan hệ hoặc rút gọn mệnh đề quan hệ để bổ nghĩa cho ‘this feature’.

- Để rút gọn mệnh đề quan hệ dạng bị động, ta lược bỏ đại từ quan hệ và to be (nếu có), giữ nguyên quá khứ phân từ (V3/ed) (which/that is called → called).

**Tạm dịch:**

Designed by top trainers, this feature called 'Smart Coach' provides step-by-step instructions to maximize your progress. (Được thiết kế bởi các huấn luyện viên hàng đầu, tính năng này được gọi là 'Huấn luyện viên thông minh' cung cấp hướng dẫn từng bước để tối đa hóa sự tiến bộ của bạn.)

→ **Chọn đáp án C**

**Question 28.**

**A.** to **B.** with **C.** for **D.** on

**Giải thích**

**Kiến thức về giới từ:**

- connect to something: thường dùng với thiết bị, hệ thống, mạng lưới…

- connect with somebody/something: thường dùng với người, ý tưởng, cảm xúc..

Ta có ‘experienced trainers’ (các huấn luyện viên giàu kinh nghiệm) là danh từ chỉ người nên ta dùng ‘connect with’.

**Tạm dịch:**

You can also connect with experienced trainers and a community for motivation and support. (Bạn cũng có thể kết nối với các huấn luyện viên giàu kinh nghiệm và một cộng đồng để có động lực và hỗ trợ.)

→ **Chọn đáp án B**

Tải cả bộ tại đây <https://tailieuchuan.vn/de-thi-thu-tot-nghiep-thpt-2025-tu-cac-truong-chuyen-so-giao-duc-ca-nuoc-mon-tieng-anh-27147.html>

**Question 29.**

**A.** do **B.** find **C.** make **D.** put

**Giải thích**

**Kiến thức về Collocations:**

- make progress: tiến bộ

**Tạm dịch:**

If you want to make progress and see improvements, our tracking system will help you stay on track. (Nếu bạn muốn tiến bộ và thấy những cải thiện, hệ thống theo dõi của chúng tôi sẽ giúp bạn đi đúng hướng.)

→ **Chọn đáp án C**

**Question 30.**

**A.** working out **B.** to work out **C.** work out **D.** worked out

**Giải thích**

**Kiến thức về danh động từ:**

- enjoy + doing something: thích làm gì

**Tạm dịch:**

Whether you enjoy working out at home, outdoors, or in the gym, EasyFit makes staying fit easier and more enjoyable. (Cho dù bạn thích tập luyện ở nhà, ngoài trời hay trong phòng tập thể dục, EasyFit giúp việc giữ dáng dễ dàng và thú vị hơn.)

→ **Chọn đáp án A**

***Read the following passage and mark the letter A, B, C or D on your answer sheet to indicate the option that best fits each of the numbered blanks from 31 to 35.***

ChatGPT is an advanced language model developed by OpenAI, **(31)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. It utilizes deep learning techniques to generate human-like text responses based on the input it receives. With applications ranging from customer support to content creation, ChatGPT has transformed the way people interact with machines.

**(32)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, ChatGPT can provide users with detailed answers, explanations, and even creative content, depending on the prompts given to it. Its ability to understand context and nuances makes it an invaluable tool for various industries.

Moreover, designed to continuously learn and improve its performance, **(33)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_. This feature ensures that it stays relevant and effective in understanding evolving language trends and user expectations.

ChatGPT has gained popularity in various applications, **(34)** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, enhancing user experience by providing instant responses. As users become more familiar with its capabilities, **(35)** \_\_\_\_\_\_\_\_, opening new avenues for innovation and creativity.

**Question 31.**

**A.** whose utilization for a variety of applications has been available in the realm of text generation

**B.** that has fundamentally altered human interactions with artificial intelligence systems

**C.** which has been trained on an extensive range of datasets to facilitate natural language processing

**D.** having reached a significant milestone in the development of language processing technologies

**Giải thích**

|  |  |
| --- | --- |
| **DỊCH BÀI** | |
| ChatGPT is an advanced language model developed by OpenAI, which has been trained on an extensive range of datasets to facilitate natural language processing. It utilizes deep learning techniques to generate human-like text responses based on the input it receives. With applications ranging from customer support to content creation, ChatGPT has transformed the way people interact with machines. | ChatGPT là một mô hình ngôn ngữ tiên tiến được phát triển bởi OpenAI, đã được đào tạo trên nhiều bộ dữ liệu để hỗ trợ quá xử lý ngôn ngữ tự nhiên. Nó sử dụng các kỹ thuật học chuyên sâu để tạo ra phản hồi văn bản giống con người dựa trên dữ liệu đầu vào mà nó nhận được. Với các ứng dụng từ hỗ trợ khách hàng đến việc sáng tạo nội dung, ChatGPT đã thay đổi cách mọi người tương tác với máy móc. |
| Given its proficiency in understanding human language, ChatGPT can provide users with detailed answers, explanations, and even creative content, depending on the prompts given to it. Its ability to understand context and nuances makes it an invaluable tool for various industries. | Với khả năng hiểu ngôn ngữ con người thành thạo, ChatGPT có thể cung cấp cho người dùng câu trả lời chi tiết, lời giải thích và thậm chí cả nội dung mang tính sáng tạo, tùy thuộc vào gợi ý được đưa ra. Khả năng hiểu ngữ cảnh và sắc thái của nó khiến nó trở thành một công cụ vô giá cho các ngành khác nhau. |
| Moreover, designed to continuously learn and improve its performance, ChatGPT can deliver timely and accurate information to users as necessary. This feature ensures that it stays relevant and effective in understanding evolving language trends and user expectations. | Hơn nữa, được thiết kế để liên tục học hỏi và cải thiện hiệu suất, ChatGPT có thể cung cấp thông tin kịp thời và chính xác cho người dùng khi cần thiết. Tính năng này đảm bảo rằng nó luôn phù hợp và hiệu quả trong việc tìm hiểu các xu hướng ngôn ngữ đang phát triển và kỳ vọng của người dùng. |
| ChatGPT has gained popularity in various applications, which empowers developers to tailor their functionality to meet specific user requirements, enhancing user experience by providing instant responses. As users become more familiar with its capabilities, the demand for more advanced features and functionalities continues to grow, opening new avenues for innovation and creativity. | ChatGPT đã trở nên phổ biến trong nhiều ứng dụng khác nhau, điều này cho phép các nhà phát triển điều chỉnh chức năng của họ để đáp ứng các yêu cầu cụ thể của người dùng, nâng cao trải nghiệm người dùng bằng cách cung cấp phản hồi tức thì. Khi người dùng trở nên quen thuộc hơn với các khả năng của nó, nhu cầu về các tính năng và chức năng nâng cao hơn sẽ tiếp tục tăng lên, mở ra những con đường mới cho sự đổi mới và sáng tạo. |

Ta thấy câu đã có chủ ngữ chính ‘ChatGPT’ và động từ chính ‘is’. Do vậy, ta có thể sử dụng mệnh đề quan hệ hoặc rút gọn mệnh đề quan hệ. Ta xét từng đáp án.

- Loại D vì sử dụng phân từ hoàn thành ‘having reached’.

- Loại B vì đại từ quan hệ ‘that’ không dùng trong mệnh đề quan hệ không xác định (có dấu phẩy).

- Loại A vì ngữ nghĩa của mệnh đề quan hệ ‘việc sử dụng nó cho nhiều ứng dụng khác nhau đã có sẵn trong lĩnh vực tạo văn bản’ không phù hợp với ngữ cảnh vì chưa thể hiện đặc điểm quan trọng giải thích tại sao ChatGPT là một mô hình ngôn ngữ tiên tiến được đề cập ở vế trước.

**Tạm dịch:**

ChatGPT is an advanced language model developed by OpenAI, which has been trained on an extensive range of datasets to facilitate natural language processing. (ChatGPT là một mô hình ngôn ngữ tiên tiến được phát triển bởi OpenAI, đã được đào tạo trên nhiều bộ dữ liệu để hỗ trợ quá xử lý ngôn ngữ tự nhiên.)

→ **Chọn đáp án C**

**Question 32.**

**A.** With the basic goal of enriching user interaction

**B.** By permitting users to pose open-ended queries

**C.** The primary objective of ChatGPT is to enhance engagement

**D.** Given its proficiency in understanding human language

**Giải thích**

Ta cần điền một cụm từ hay một mệnh đề phụ bắt đầu bằng liên từ phù hợp về ngữ nghĩa và ngữ cảnh. Ta xét từng đáp án.

**A.** Với mục tiêu cơ bản là làm phong phú thêm sự tương tác của người dùng → Sai vì ngữ nghĩa của cụm giới từ không phù hợp về ngữ cảnh.

**B.** Bằng cách cho phép người dùng đặt ra các câu hỏi mở → Sai vì ngữ nghĩa của cụm giới từ không phù hợp về ngữ cảnh.

**C.** Mục tiêu chính của ChatGPT là tăng cường sự tương tác → Sai vì là mệnh đề độc lập, không thể nối với mệnh đề độc lập còn lại của câu bằng dấu phẩy.

**D.** Với khả năng hiểu ngôn ngữ con người thành thạo → Đúng vì cụm giới từ này đưa ra lý do giải thích tại sao ChatGPT có thể cung cấp câu trả lời chi tiết, lời giải thích hay nội dung mang tính sáng tạo đề cập ở vế sau đó là do khả năng hiểu ngôn ngữ của con người.

**Tạm dịch:**

Given its proficiency in understanding human language, ChatGPT can provide users with detailed answers, explanations, and even creative content, depending on the prompts given to it. (Với khả năng hiểu ngôn ngữ con người thành thạo, ChatGPT có thể cung cấp cho người dùng câu trả lời chi tiết, lời giải thích và thậm chí cả nội dung mang tính sáng tạo, tùy thuộc vào gợi ý được đưa ra.)

→ **Chọn đáp án D**

**Question 33.**

**A.** timely and accurate information to users as necessary can be delivered

**B.** ChatGPT can deliver timely and accurate information to users as necessary

**C.** information can be delivered to users as timely and accurately as possible

**D.** users can have information delivered as timely and accurately as required

**Giải thích**

Ta thấy mệnh đề phía trước sử dụng quá khứ phân từ ‘designed’ (được thiết kế). Ta xét từng đáp án.

A – chủ ngữ chung ‘timely and accurate information to users as necessary’ (thông tin kịp thời và chính xác cho người sử dụng khi cần thiết) → Sai vì không phù hợp về ngữ nghĩa khi kết hợp với ‘designed’ ở mệnh đề phía trước.

B – chủ ngữ chung ‘ChatGPT’ (Chat GPT) → Đúng vì phù hợp về ngữ nghĩa khi kết hợp với ‘designed’ ở mệnh đề phía trước.

C – chủ ngữ chung ‘information’ (thông tin) → Sai vì không phù hợp về ngữ nghĩa khi kết hợp với ‘designed’ ở mệnh đề phía trước.

D – chủ ngữ chung ‘users’ (người dùng) → Sai vì không thể kết hợp với ‘designed’ ở mệnh đề phía trước.

**Tạm dịch:**

Moreover, designed to continuously learn and improve its performance, ChatGPT can deliver timely and accurate information to users as necessary. (Hơn nữa, được thiết kế để liên tục học hỏi và cải thiện hiệu suất, ChatGPT có thể cung cấp thông tin kịp thời và chính xác cho người dùng khi cần thiết.)

→ **Chọn đáp án B**

**Question 34.**

**A.** where various functionalities have been introduced to elevate its performance in real-world situations

**B.** which empowers developers to tailor their functionality to meet specific user requirements

**C.** that integrates effortlessly into applications, delivering users prompt and accurate replies

**D.** whose capabilities allow developers to create interactive applications employing its advanced features

**Giải thích**

Ta thấy câu đã có chủ ngữ chính ‘ChatGPT’ và động từ chính ‘has gained’. Do vậy, ta có thể sử dụng mệnh đề quan hệ hoặc rút gọn mệnh đề quan hệ. Ta xét từng đáp án.

- Loại A vì trạng từ quan hệ ‘where’ thay cho trạng ngữ chỉ nơi chốn, không phù hợp với ngữ cảnh của câu.

- Loại C vì đại từ quan hệ ‘that’ không dùng trong mệnh đề quan hệ không xác định (có dấu phẩy).

- Loại D vì đại từ quan hệ ‘whose’ ở vị trí này có thể ám chỉ ‘capabilities’ (các khả năng) là của ‘various applications’, trong khi ‘các khả năng’ là của ‘ChatGPT’ nên có thể gây ra sự nhầm lẫn

**Tạm dịch:**

ChatGPT has gained popularity in various applications, which empowers developers to tailor their functionality to meet specific user requirements, enhancing user experience by providing instant responses. (ChatGPT đã trở nên phổ biến trong nhiều ứng dụng khác nhau, điều này cho phép các nhà phát triển điều chỉnh chức năng của họ để đáp ứng các yêu cầu cụ thể của người dùng, nâng cao trải nghiệm người dùng bằng cách cung cấp phản hồi tức thì.)

→ **Chọn đáp án B**

**Question 35.**

**A.** users consistently express their satisfaction with the Al's capability to respond effectively

**B.** sophisticated algorithms have enabled the AI to process language accurately

**C.** the feedback from diverse users illustrates significant enhancements in communication abilities

**D.** the demand for more advanced features and functionalities continues to grow

**Giải thích**

Ta cần điền một mệnh đề phù hợp về ngữ nghĩa và ngữ cảnh. Ta xét từng đáp án.

**A.** người dùng luôn bày tỏ sự hài lòng của họ với khả năng phản hồi hiệu quả của Al → Sai vì ngữ nghĩa không phù hợp về ngữ cảnh.

**B.** các thuật toán phức tạp đã cho phép AI xử lý ngôn ngữ một cách chính xác → Sai vì ngữ nghĩa không phù hợp về ngữ cảnh.

**C.** phản hồi từ những người dùng khác nhau minh họa những cải tiến đáng kể về khả năng giao tiếp → Sai vì ngữ nghĩa không phù hợp về ngữ cảnh.

**D.** nhu cầu về các tính năng và chức năng nâng cao hơn sẽ tiếp tục tăng lên → Đúng vì ngữ nghĩa phù hợp với ngữ cảnh, đề cập đến một hệ quả logic của việc người dùng ngày càng hiểu rõ hơn về các khả năng của ChatGPT được nhắc đến trong mệnh đề phía trước.

**Tạm dịch:**

As users become more familiar with its capabilities, the demand for more advanced features and functionalities continues to grow, opening new avenues for innovation and creativity. (Khi người dùng trở nên quen thuộc hơn với các khả năng của nó, nhu cầu về các tính năng và chức năng nâng cao hơn sẽ tiếp tục tăng lên, mở ra những con đường mới cho sự đổi mới và sáng tạo.)

→ **Chọn đáp án D**

***Mark the letter A, B, C or D on your answer sheet to indicate the best arrangement of utterances or sentences to make a meaningful exchange or text in each of the following questions from 36 to 40.***

**Question 36.**

Hi Gemma,

**a.** But it was interesting to watch these videos.

**b.** Thanks so much for the guitar lesson videos you sent me last week.

**c.** You know, we ought to practise together for some time. What do you think?

**d.** Thanks also for the tip about the free websites with musical lesson videos - they are much better than the sites I've been following.

**e.** It's really nice to learn how to play a new instrument like the guitar, but I am too busy at the moment, so I'm focusing on my violin lessons for now.

Write back soon,

Billy

**A.** d-a-b-c-e **B.** b-e-a-d-c **C.** b-c-d-a-e **D.** d-b-a-c-e

**Giải thích**

|  |  |
| --- | --- |
| **DỊCH BÀI** | |
| Hi Gemma, | Chào Gemma, |
| Thanks so much for the guitar lesson videos you sent me last week. It's really nice to learn how to play a new instrument like the guitar, but I am too busy at the moment, so I'm focusing on my violin lessons for now. But it was interesting to watch these videos. Thanks also for the tip about the free websites with musical lesson videos - they are much better than the sites I've been following. You know, we ought to practise together for some time. What do you think? | Cảm ơn rất nhiều vì những video bài học guitar cậu đã gửi cho mình tuần trước. Thật tuyệt khi học cách chơi một nhạc cụ mới như guitar, nhưng hiện tại mình quá bận, vì vậy mình đang tập trung vào các bài học violin. Nhưng xem những video đó rất thú vị. Cảm ơn cậu về lời khuyên về các trang web miễn phí có video bài học về âm nhạc - chúng tốt hơn nhiều so với những trang mình đã theo dõi. Cậu biết không, chúng ta nên cùng nhau luyện tập một thời điểm nào đó. Cậu nghĩ sao? |
| Write back soon,  Billy | Hồi âm sớm nhé,  Billy |
| → **Chọn đáp án B** | |

**Question 37.**

**a.** The rising population has also put significant pressure on housing, leading to skyrocketing property prices and a shortage of affordable homes.

**b.** Over the past two decades, rapid urbanization has transformed Greenfield from a quiet town into a bustling city.

**c.** Additionally, the surge in vehicles has caused severe traffic congestion, making daily commutes longer and more stressful.

**d.** This urban expansion has brought both benefits and challenges, including increased job opportunities and improved infrastructure.

**e.** However, despite these advantages, the fast pace of urbanization has created serious problems.

**A.** b-e-d-c-a **B.** b-a-e-d-c **C.** b-d-e-a-c **D.** b-d-a-e-c

**Giải thích**

|  |  |
| --- | --- |
| **DỊCH BÀI** | |
| Over the past two decades, rapid urbanization has transformed Greenfield from a quiet town into a bustling city. This urban expansion has brought both benefits and challenges, including increased job opportunities and improved infrastructure. However, despite these advantages, the fast pace of urbanization has created serious problems. The rising population has also put significant pressure on housing, leading to skyrocketing property prices and a shortage of affordable homes. Additionally, the surge in vehicles has caused severe traffic congestion, making daily commutes longer and more stressful. | Trong hai thập kỷ qua, sự đô thị hóa nhanh chóng đã biến Greenfield từ một thị trấn yên tĩnh thành một thành phố nhộn nhịp. Sự mở rộng đô thị này đã mang lại cả lợi ích và thách thức, bao gồm cơ hội việc làm được gia tăng và cơ sở hạ tầng được cải thiện. Tuy nhiên, bất chấp những lợi thế này, tốc độ đô thị hóa nhanh chóng đã tạo ra những vấn đề nghiêm trọng. Dân số ngày càng tăng cũng gây áp lực đáng kể lên nhà ở, dẫn đến giá bất động sản tăng vọt và tình trạng thiếu nhà ở giá cả phải chăng. Thêm vào đó, sự gia tăng đột biến của các phương tiện giao thông đã gây ra tình trạng tắc nghẽn giao thông nghiêm trọng, khiến việc đi lại hàng ngày trở nên dài hơn và căng thẳng hơn. |
| → **Chọn đáp án C** | |

**Question 38.**

**a. Anna:** That's a great habit! Drinking enough water helps your body function properly. Do you also follow a balanced diet?

**b. Anna:** Hey, Jake! You look more energetic these days. Have you made any changes to your lifestyle?

**c. Jake:** Yes! I try to eat more vegetables and cut down on fast food. I also go for a run every morning. It makes me feel so much better!

**d. Jake**: Yes, I've started drinking more water and exercising regularly. It really makes a difference in how I feel.

**e. Anna:** That's awesome! A healthy diet and regular exercise are key to staying fit. Keep it up!

**A.** b-d-a-c-e **B.** b-c-d-a-e **C.** b-a-d-c-e **D.** b-e-d-a-c

**Giải thích**

|  |  |
| --- | --- |
| **DỊCH BÀI** | |
| **Anna:** Hey, Jake! You look more energetic these days. Have you made any changes to your lifestyle? | **Anna:** Chào Jake! Dạo này trông cậu tràn đầy năng lượng hơn hẳn. Cậu có thay đổi gì trong lối sống không? |
| **Jake**: Yes, I've started drinking more water and exercising regularly. It really makes a difference in how I feel. | **Jake:** Ừ, tớ bắt đầu uống nhiều nước hơn và tập thể dục đều đặn. Nó thực sự tạo ra sự khác biệt trong việc tớ cảm thấy như thế nào. |
| **Anna:** That's a great habit! Drinking enough water helps your body function properly. Do you also follow a balanced diet? | **Anna:** Đó là một thói quen tuyệt vời! Uống đủ nước giúp cơ thể cậu hoạt động đúng cách. Cậu cũng theo một chế độ ăn uống cân bằng chứ? |
| **Jake:** Yes! I try to eat more vegetables and cut down on fast food. I also go for a run every morning. It makes me feel so much better! | **Jake:** Có chứ! Tớ cố gắng ăn nhiều rau hơn và cắt giảm đồ ăn nhanh. Tớ cũng chạy bộ mỗi sáng nữa. Nó khiến tớ cảm thấy tốt hơn rất nhiều! |
| **Anna:** That's awesome! A healthy diet and regular exercise are key to staying fit. Keep it up! | **Anna:** Tuyệt vời! Chế độ ăn uống lành mạnh và tập thể dục thường xuyên là chìa khóa để giữ dáng đấy. Cứ tiếp tục nhé! |
| → **Chọn đáp án A** | |

**Question 39.**

**a.** For example, here in Viet Nam, we can enjoy Italian pizza or Japanese sushi, in addition to our traditional food.

**b.** On the other hand, Vietnamese specialties, such as "pho" and "banh mi", are also gaining popularity worldwide.

**c.** Fast food chains and international restaurants have become popular, offering a wide range of dishes and more food choices to local people.

**d.** Moreover, some international dishes use local ingredients, which make them unique and more suitable to local tastes.

**e.** In short, you can explore the flavorful world of traditional Vietnamese food or enjoy dishes from other countries around the world in Viet Nam.

**A.** d-b-c-e-a **B.** e-b-a-c-d **C.** d-c-a-b-e **D.** c-a-d-b-e

**Giải thích**

|  |  |
| --- | --- |
| **DỊCH BÀI** | |
| Fast food chains and international restaurants have become popular, offering a wide range of dishes and more food choices to local people. For example, here in Viet Nam, we can enjoy Italian pizza or Japanese sushi, in addition to our traditional food. Moreover, some international dishes use local ingredients, which make them unique and more suitable to local tastes. On the other hand, Vietnamese specialties, such as "pho" and "banh mi", are also gaining popularity worldwide. In short, you can explore the flavorful world of traditional Vietnamese food or enjoy dishes from other countries around the world in Viet Nam. | Các chuỗi cửa hàng thức ăn nhanh và nhà hàng quốc tế đã trở nên phổ biến, mang đến nhiều món ăn đa dạng và nhiều lựa chọn ẩm thực hơn cho người dân địa phương. Ví dụ, ở Việt Nam, chúng ta có thể thưởng thức pizza Ý hay sushi Nhật Bản, bên cạnh các món ăn truyền thống của chúng ta. Hơn nữa, một số món ăn quốc tế sử dụng nguyên liệu địa phương, điều này làm cho chúng trở nên độc đáo và phù hợp hơn với khẩu vị địa phương. Mặt khác, các đặc sản Việt Nam, như "phở" và "bánh mì", cũng đang ngày càng được ưa chuộng trên toàn thế giới. Tóm lại, bạn có thể khám phá thế giới đầy hương vị của ẩm thực truyền thống Việt Nam hoặc thưởng thức các món ăn từ các quốc gia khác trên thế giới ngay tại Việt Nam. |
| → **Chọn đáp án D** | |

**Question 40.**

**a. Minh:** She was really nervous about it, but I think she did quite well.

**b. Anna:** I hope she gets the score she needs for her university application.

**c. Anna:** Hi, Minh! How did your sister do on her IELTS exam?

**A.** b-a-c **B.** c-b-a **C.** c-a-b **D.** b-c-a

**Giải thích**

|  |  |
| --- | --- |
| **DỊCH BÀI** | |
| **Anna:** Hi, Minh! How did your sister do on her IELTS exam? | **Anna:** Chào Minh! Chị gái cậu làm bài thi IELTS thế nào rồi? |
| **Minh:** She was really nervous about it, but I think she did quite well. | **Minh:** Chị ấy đã rất lo lắng về nó, nhưng tớ nghĩ chị ấy đã làm khá tốt. |
| **Anna:** I hope she gets the score she needs for her university application. | **Anna:** Tớ hy vọng chị ấy đạt được số điểm cần thiết cho đơn xin nhập học đại học. |
| → **Chọn đáp án C** | |