

Unit 1: A LONG AND HEALTHY LIFE

TEST 1

Mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the word whose underlined part differs from that of the other three in pronunciation in each of the following questions.

Question 1: A. treat B. great C. meat D. lead

A. treat /tri:t/

B. great /gret/

C. meat /mi:t/

D. lead /li:d/

Question 2: A. regular B. general C. vegetable D. energy

A. regular /'regjələr/

B. general /'dʒenərə/

C. vegetable /'vedʒtəbəl/

D. energy /'enədʒi/

Mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the word that differs from the other three in the position of stress in each of the following questions.

Question 3: A. balanced B. active C. healthy D. mature

A. balanced /'bælənst/

B. active /'æktiv/

C. healthy /'helθi/

D. mature /mə'tʃʊə(r)/

Question 4: A. important B. wonderful C. suitable D. serious

A. important /im'pɔ:rtənt/

B. wonderful /'wʌndəfəl/

C. suitable /'su:təbəl/

D. serious /'siəriəs/

Mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the correct answer to each of the following questions.

Question 5: The doctor will _____ the patient thoroughly to determine the cause of the symptoms.

A. spread

B. examine

C. suffer

D. cure

(Bác sĩ sẽ _____ bệnh nhân kỹ lưỡng để xác định nguyên nhân của các triệu chứng.)

A. spread (trải ra)

B. examine (khám)

C. suffer (chịu đựng)

D. cure (chữa trị)

Question 6: Advances in medical science have significantly increased the average life _____ in many countries.

A. expectancy

B. expectation

C. expect

D. expectant

(Những tiến bộ trong khoa học y tế đã tăng đáng kể _____ trung bình ở nhiều quốc gia.)

LIFE EXPECTANCY=TUỔI THỌ

Question 7: To achieve a long and healthy life, it's important to _____ attention to your diet and nutrition.

A. take

B. put

C. pay

D. make

(Để đạt được cuộc sống dài lâu và khỏe mạnh, điều quan trọng là _____ chú ý đến chế độ ăn uống và dinh dưỡng của bạn.)

PAY ATTENTION TO=CHÚ Ý TỚI

Question 8: Electronic devices such as smartphones and computers _____ blue light, which can disrupt your sleep.

A. give off

B. take in

C. use up

D. get over

(Các thiết bị điện tử như điện thoại thông minh và máy tính _____ ánh sáng xanh, có thể làm gián đoạn giấc ngủ của bạn.)

A. give off (phát ra)

B. take in (hấp thụ)

C. use up (sử dụng hết)

D. get over (vượt qua)

Question 9: In recent years, he _____ smoking to improve his lung health.

A. stopped

B. stops

C. has stopped

D. had stopped

(Trong những năm gần đây, anh ấy _____ hút thuốc để cải thiện sức khỏe phổi của mình.)

In recent years -->hiện tại hoàn thành S +have/has + Ved/3

Read the following advertisement/announcement and mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the correct option that best fits each of the numbered blanks from 10 to 12.

ACHIEVE YOUR HEALTH GOALS TODAY!

Are you looking to (10)_____ your health and well-being? Join our Health Improvement Program at Wellness Hub! Our program offers a wide range of activities and workshops designed to help you achieve a healthier lifestyle:

- Personalized fitness plans
- Nutritional guidance
- Stress management workshops
- Access (11)_____ expert health coaches

Whether you're a beginner or a (12)_____ enthusiast, our program is tailored to meet your needs.

For more information, visit our website at www.wellnesshub.com or call us at 123-456-7890.

Start your journey to better health with us!

Question 10: A. explain

B. avoid

C. begin

D. boost

Are you looking to _____ your health and well-being? (Bạn có đang tìm cách _____ sức khỏe và sự lành mạnh của mình không?)

A. explain (giải thích)

B. avoid (tránh)

C. begin (bắt đầu)

D. boost (tăng cường)

Question 11: A. in

B. at

C. from

D. to

ACCESS TO=TIẾP CẬN, TIẾP XÚC

Question 12: **A. fitness** **B. architecture** **C. creativity** **D. technology**

Whether you're a beginner or a _____ enthusiast, our program is tailored to meet your needs.

(Dù bạn là người mới bắt đầu hay là một người đam mê _____, chương trình của chúng tôi được thiết kế để đáp ứng nhu cầu của bạn.)

- A. fitness** (thể hình)
- B. architecture** (kiến trúc)
- C. creativity** (sáng tạo)
- D. technology** (công nghệ)

ANNOUNCEMENT ABOUT THE SCHOOL RACE COMPETITION

We are excited to announce the upcoming School Race Competition for the 2024 school year. (13) _____ event aims to promote physical fitness and a spirit of healthy competition among our students.

Event Date:

- Saturday, August 20, 2024
- Time: 7:00 AM - 12:00 PM

Venue:

- ABC Middle School Track Field

Participation Requirements:

- Students from grades 6 to 9
- Register at the Physical Education Office before August 10, 2024

We hope that the School Race Competition will provide an enjoyable and challenging experience, encouraging students (14) _____ their physical abilities and fostering a sense of sportsmanship. We (15) _____ the enthusiastic participation of our students and the support from parents and teachers.

For more detailed information, please contact Mr. Nguyen Van A - Physical Education Teacher at 123-456-7890.

Question 13: **A. A** **B. An** **C. The** **D. Ø** (no article)

Event đã được nhắc đến trước đó là School Race Competition nên nó là danh từ xác định

Question 14: **A. develop** **B. to develop** **C. developing** **D. to developing**

ENCOURAGE + O + TO VO = KHUYẾN KHÍCH

Question 15: **A. get on with** **B. look forward to** **C. keep up with** **D. face up to**

We the enthusiastic participation of our students and the support from parents and teachers.

(Chúng tôi sự tham gia nhiệt tình của các học sinh và sự hỗ trợ từ phụ huynh và giáo viên.)

- A. get on with** (hòa hợp với)
- B. look forward to** (mong đợi)
- C. keep up with** (theo kịp)
- D. face up to** (đối mặt với)

Mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the correct arrangement of the sentences to make a meaningful paragraph/letter in each of the following questions.

Question 16:

- a. Maintaining a balanced diet rich in fruits, vegetables, and whole grains ensures the body gets essential nutrients.
- b. Additionally, regular physical activity helps maintain a healthy weight and reduces the risk of chronic diseases.
- c. Firstly, getting enough sleep is crucial for overall health and well-being.
- d. Finally, managing stress through techniques like meditation and mindfulness promotes mental and emotional health.
- e. Living a long and healthy life requires a combination of good habits and lifestyle choices.

A. e - c - a - b - d

B. a - c - d - e - b

C. c - e - b - a - d

D. b - e - b - a - d

- **e** bắt đầu với một tuyên bố chung về việc sống lâu và khỏe mạnh.
- **c** giải thích thói quen cần thiết đầu tiên: ngủ đủ giấc.
- **a** thêm một thói quen quan trọng khác: duy trì chế độ ăn cân bằng.
- **b** tiếp tục với tầm quan trọng của hoạt động thể chất thường xuyên.
- **d** kết luận với lợi ích của việc quản lý căng thẳng cho sức khỏe tinh thần và cảm xúc.

Question 17:

- a. Furthermore, social connections and supportive relationships contribute significantly to emotional well-being.
- b. Dear Friend, I hope this message finds you in good health! I've been reflecting on the importance of living a long and healthy life.
- c. Additionally, regular health check-ups can help detect potential issues early, leading to better outcomes.
- d. Firstly, a balanced diet and regular exercise are the foundations of a healthy lifestyle.
- e. Finally, finding joy and purpose in life is essential for long-term health and happiness.
- f. Take care and stay healthy.

A. a - b - f - c - e - d

B. b - d - a - c - e - f

C. d - b - a - e - c - f

D. f - d - a - c - b - e

- **b** là câu mở đầu của bức thư với lời chào và giới thiệu về chủ đề cuộc sống lâu dài và khỏe mạnh.
- **d** bắt đầu phần thân của bức thư bằng cách nêu rõ tầm quan trọng của chế độ ăn uống cân bằng và tập thể dục thường xuyên.
- **a** thêm vào lợi ích của các kết nối xã hội và mối quan hệ hỗ trợ cho sức khỏe tinh thần.
- **c** nhấn mạnh tầm quan trọng của việc kiểm tra sức khỏe định kỳ.
- **e** kết luận với ý tưởng rằng việc tìm thấy niềm vui và mục đích sống là quan trọng cho sức khỏe lâu dài.
- **f** là câu kết thúc của bức thư.

Mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the correct option that best fits each of the numbered blanks from 18 to 23.

Living a long and healthy life involves making consistent, positive lifestyle choices. Firstly, maintaining a balanced diet is (18) _____. Consuming a variety of fruits, vegetables, whole grains, and lean proteins helps to support overall health and prevent chronic diseases. Secondly, regular physical activity is essential. Engaging in exercises such as walking, swimming, or cycling can improve cardiovascular health, (19)_____, and enhance flexibility.

Moreover, adequate sleep is vital for the body's restorative processes. (20)_____ to ensure optimal functioning and well-being. Managing stress through mindfulness techniques such as meditation, yoga, or deep-

breathing exercises can also contribute to a healthy life by reducing anxiety and promoting emotional balance. Additionally, maintaining social connections and engaging in community activities can enhance mental health and provide a sense of belonging and purpose.

Preventive healthcare, (21)_____, is another important aspect. Early detection of potential health issues can lead to more effective treatments and better outcomes. Finally, avoiding harmful habits such as smoking and excessive alcohol consumption is crucial for long-term health.

(22)_____, a combination of a balanced diet, regular physical activity, sufficient sleep, stress management, social engagement, preventive healthcare, and avoiding harmful (23)_____ a long and healthy life.

Reference: <https://dpuhospital.com>

Question 18: A. providing for the crucial body with necessary nutrients

B. with necessary nutrients to provide for the crucial body

C. crucial for providing the body with necessary nutrients

D. necessary to provide the body for necessary nutrients

Thứ nhất, duy trì một chế độ ăn uống cân bằng là **cần thiết để cung cấp cho cơ thể các chất dinh dưỡng cần thiết.**

- A. providing for the crucial body with necessary nutrients (sai vì cú pháp không hợp lý)
- B. with necessary nutrients to provide for the crucial body (sai vì cú pháp không hợp lý)
- C. crucial for providing the body with necessary nutrients (đúng vì cú pháp hợp lý và nghĩa phù hợp)
- D. necessary to provide the body for necessary nutrients (sai vì cú pháp không hợp lý)

Question 19: A. strengthen muscles

B. strong muscles

C. strongly muscles

D. muscles strength

Tham gia vào các bài tập như đi bộ, bơi lội hoặc đạp xe có thể cải thiện sức khỏe tim mạch, **tăng cường cơ bắp**, và tăng cường sự linh hoạt.

- A. strengthen muscles (đúng vì cụm từ này có nghĩa là "tăng cường cơ bắp" và phù hợp ngữ pháp)
- B. strong muscles (sai vì cấu trúc song hành cần động từ, không phải tính từ)
- C. strongly muscles (sai vì "strongly" không bổ nghĩa cho danh từ)
- D. muscles strength (sai vì không hợp lý về ngữ pháp và nghĩa)

Question 20: A. Adults should aim for 7-9 hours sleep every night

B. Adults should aim for 7-9 hours of sleep per night

C. Adults should aim 7-9 hours sleep per night

D. Adults should aim sleep of 7-9 hours every night

Người lớn nên cố gắng ngủ từ 7-9 giờ mỗi đêm **để đảm bảo hoạt động tối ưu và sự khỏe mạnh.**

- A. Adults should aim for 7-9 hours sleep every night (sai vì thiếu "of")
- B. Adults should aim for 7-9 hours of sleep per night (đúng vì cấu trúc ngữ pháp hợp lý và nghĩa phù hợp)
- C. Adults should aim 7-9 hours sleep per night (sai vì thiếu "for" và "of")
- D. Adults should aim sleep of 7-9 hours every night (sai vì cấu trúc ngữ pháp không hợp lý)

Question 21: A. to include regular check-ups and screenings

B. with including regular check-ups and screenings

C. include regular check-ups and screenings

D. including regular check-ups and screenings

Chăm sóc sức khỏe phòng ngừa, **bao gồm kiểm tra sức khỏe định kỳ và sàng lọc**, cũng là một khía cạnh quan trọng.

- **A.** to include regular check-ups and screenings (sai vì gián lược đại từ quan hệ ở dạng chủ động)
- **B.** with including regular check-ups and screenings (sai vì "with including" không hợp lý)
- **C.** include regular check-ups and screenings (sai vì gián lược đại từ quan hệ ở dạng chủ động)
- **D.** including regular check-ups and screenings (đúng vì cấu trúc ngữ pháp và ngữ cảnh hợp lý)

Question 22: **A.** In summary

B. Instead of

C. In contrast

D. Even though

Tóm lại, một sự kết hợp giữa chế độ ăn uống cân bằng, hoạt động thể chất thường xuyên, ngủ đủ giấc, quản

lý căng thẳng, tham gia xã hội, chăm sóc sức khỏe phòng ngừa, và tránh những thói quen có hại...

- **A.** In summary (đúng vì câu này tóm tắt lại các ý đã trình bày)
- **B.** Instead of (sai vì không phù hợp với ngữ cảnh)
- **C.** In contrast (sai vì không phù hợp với ngữ cảnh)
- **D.** Even though (sai vì không phù hợp với ngữ cảnh)

Question 23: **A.** contributes to living

B. contributes to live

C. contributes living

D. contributes for living

.....góp phần **để sống** lâu dài và khỏe mạnh.

- **A.** contributes to living (đúng vì cấu trúc "contribute to" + danh động từ (gerund) là đúng)
- **B.** contributes to live (sai vì "to live" không phù hợp với "contribute to")
- **C.** contributes living (sai vì thiếu "to")
- **D.** contributes for living (sai vì "contributes for" không đúng cấu trúc)

Read the following passage and mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the correct option that best fits each of the numbered blanks from 24 to 28.

The Importance of Sleep

For about one third of your life, your eyes will be closed. You will not move very much. You will breathe very slowly. You will be quiet. In other words, for about one third of your life, you will be asleep.

Why do we sleep so much? What is the purpose? Scientists do not have a complete answer. They believe that sleep (24)_____ your energy and helps your brain work better. If you do not sleep enough, you cannot (25)_____ on your work, and you feel tired all day. Without enough sleep, you are also more likely to get sick.

Sleep is important for normal development. This means (26)_____ children need a lot of sleep in order to grow up strong and healthy. During the first two weeks of life, babies sleep for about 16 hours every day. This changes as they grow and need less sleep. Teenagers still need about 9 hours of sleep every night, but (27)_____ adults need less – only about 8 hours. After about the age of 70, they only sleep for about 6 hours every night.

All animals need sleep, (28)_____ there is great variation in how much they sleep. For example, some big snakes sleep for more than 18 hours a day. Sheep only sleep for about 4 hours, and giraffes sleep less than 2 hours a day! Pigs sleep for 8 hours a day just like adult humans.

Adapted from Making Connections

Question 24: A. spreads B. suffers C. restores D. releases

Tại sao chúng ta ngủ nhiều như vậy? Mục đích là gì? Các nhà khoa học chưa có câu trả lời hoàn chỉnh. Họ

*tin rằng giấc ngủ **phục hồi** năng lượng của bạn và giúp não hoạt động tốt hơn.*

- A. spreads (trải ra, không hợp lý)
- B. suffers (chịu đựng, không hợp lý)
- C. restores (phục hồi, hợp lý)
- D. releases (giải phóng, không phù hợp ngữ cảnh)

Question 25: A. treat B. relax C. vaccinate D. concentrate

*Nếu bạn không ngủ đủ, bạn không thể **tập trung** vào công việc của mình, và bạn sẽ cảm thấy mệt mỏi cả ngày.*

- A. treat (điều trị, không hợp lý)
- B. relax (thư giãn, không hợp lý)
- C. vaccinate (tiêm chủng, không hợp lý)
- D. concentrate (tập trung, hợp lý) + ON

Question 26: A. which B. that C. whom D. whose

*Điều này có nghĩa là **rằng** trẻ em cần rất nhiều giấc ngủ để lớn lên mạnh mẽ và khỏe mạnh.*

Question 27: A. most B. each C. some D. much

*Thanh thiếu niên vẫn cần khoảng 9 giờ ngủ mỗi đêm, nhưng **hầu hết** người lớn cần ít hơn – chỉ khoảng 8 giờ.*

Question 28: A. but B. so C. because D. although

*Tất cả các loài động vật đều cần ngủ, **nhưng** có sự khác biệt lớn về lượng giấc ngủ của chúng.*

- A. but (nhưng, hợp lý)
- B. so (vì vậy, không hợp lý)
- C. because (bởi vì, không hợp lý)
- D. although (mặc dù, không phù hợp ngữ pháp)

Read the following passage and mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the correct answer to each of the questions from 29 to 33.

Our body clock, also known as the circadian rhythm, is an internal system that **regulates** our sleep-wake cycle, influencing various physiological processes. This biological clock is primarily influenced by external cues such as light and temperature, aligning our body's functions with the day-night cycle. For instance, exposure to natural light in the morning signals the body to wake up and be alert, while the absence of light in the evening triggers the production of melatonin, a hormone that promotes sleep.

Maintaining a consistent circadian rhythm is crucial for overall health. Disruptions to **it**, such as those caused by shift work, travel across time zones, or irregular sleep patterns, can lead to various health issues. These disruptions can affect sleep quality, mood, and cognitive functions, and over time, may contribute to more serious

conditions such as obesity, diabetes, and cardiovascular diseases. Therefore, it is essential to follow a regular sleep schedule, ensure exposure to natural light during the day, and minimize light exposure at night to keep the body clock in sync.

Moreover, the circadian rhythm also regulates other bodily functions, including hormone release, eating habits, and digestion. Studies have shown that our body clock influences the timing of meals, and eating at irregular times can disrupt metabolic processes. For optimal health, it is recommended to eat meals at consistent times each day and avoid late-night eating. By understanding and respecting it, we can improve our sleep quality, boost our overall health, and enhance our daily performance.

Reference: <https://www.nigms.nih.gov>

Question 29: What would be the best title for the passage?

- A. The Benefits of Melatonin B. The Science of Sleeping Pills
C. Understanding of the Body Clock D. The Impact of Technology on Sleep

Tiêu đề nào là tốt nhất cho đoạn văn này?

- A. Lợi ích của Melatonin
B. Khoa học của Thuốc Ngủ
C. Hiểu về Đồng hồ Sinh học
D. Tác động của Công nghệ lên Giấc ngủ

Đáp án: C. Hiểu về Đồng hồ Sinh học

Giải thích: Đoạn văn nói về cách hoạt động của đồng hồ sinh học (circadian rhythm) và tầm quan trọng của việc duy trì nó.

Question 30: What does the word “regulates” in the passage mostly mean?

- A. disrupts B. controls C. ignores D. influences

Từ "regulates" trong đoạn văn chủ yếu có nghĩa là gì?

- A. làm gián đoạn
B. kiểm soát, điều chỉnh
C. phớt lờ
D. ảnh hưởng

Đáp án: B. kiểm soát

Giải thích: “Our body clock, also known as the circadian rhythm, is an internal system that regulates our sleep-wake cycle, influencing various physiological processes.”

“Đồng hồ sinh học của chúng ta, còn được gọi là nhịp sinh học, là một hệ thống nội tại điều chỉnh chu kỳ ngủ-thức của chúng ta, ảnh hưởng đến các quá trình sinh lý khác nhau.”

Question 31: What does the word “it” in paragraph 2 refer to?

- A. work B. melatonin C. disruption D. circadian rhythm

Từ "it" trong đoạn 2 ám chỉ điều gì? A. công việc

- B. melatonin
C. sự gián đoạn
D. nhịp sinh học

Đáp án: D. nhịp sinh học

Giải thích: “Maintaining a consistent circadian rhythm is crucial for overall health. Disruptions to it...”

"Duy trì một nhịp sinh học nhất quán là rất quan trọng cho sức khỏe tổng thể. Những gián đoạn đối với nó..."

Question 32: Which of the following is NOT mentioned as a factor affecting global health?

- A. income B. education C. pollution levels D. lifestyle

Điều nào sau đây KHÔNG được đề cập là một yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe toàn cầu?

- A. thu nhập
B. giáo dục
C. mức độ ô nhiễm
D. lối sống

Đáp án: C. mức độ ô nhiễm

Giải thích:

- **Income:** "A country's economic strength relies on a healthy workforce."
- **Education:** "Better-educated individuals make healthier lifestyle choices."
- **Lifestyle:** "Lifestyle choices significantly affect life expectancy and mortality rates."

Question 33: According to the passage, what is recommended for optimal health regarding meal times?

- A. Eating meals at the same times every day B. Eating whenever you feel hungry
C. Skipping breakfast regularly D. Eating large meals late at night

Theo đoạn văn, điều gì được khuyến nghị để có sức khỏe tối ưu liên quan đến thời gian bữa ăn?

- A. Ăn bữa ăn vào cùng một thời gian mỗi ngày
B. Ăn khi nào bạn cảm thấy đói
C. Thường xuyên bỏ bữa sáng
D. Ăn những bữa lớn vào ban đêm

Đáp án: A. Ăn bữa ăn vào cùng một thời gian mỗi ngày

Giải thích: "For optimal health, it is recommended to eat meals at consistent times each day and avoid latenight eating."

"Để có sức khỏe tối ưu, được khuyến nghị nên ăn bữa vào cùng một thời gian mỗi ngày và tránh ăn khuya."

Read the following passage and mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the correct answer to each of the questions from 34 to 40.

Individuals make decisions about their physical and mental health because serious illnesses can significantly impact them and their families. Just as family health is tied to individual members, a nation's health is connected to its people. A country's economic strength relies on a healthy workforce. Hence, governments monitor the health of their populations, examining connections between health and lifestyle. The World Health Organization (WHO) uses this data to answer: How healthy is the world?

The WHO assesses large populations' health using life expectancy and mortality rates. Life expectancy measures the average age people are expected to live. Since the 20th century, life expectancy has significantly increased worldwide. For example, the average global citizen now lives 27 years longer than a century ago. Japan shows even more dramatic increases, with people living 38 years longer on average than 100 years ago. These improvements indicate that the world is healthier now than in the past century.

Mortality rates, the second indicator, measure deaths in specific regions, focusing on premature deaths. WHO emphasizes child mortality, which makes up over 20 percent of all premature deaths. Though global child mortality has decreased by 30 percent since 1990, significant disparities exist between nations and within

countries. Mortality rates fall faster in wealthier nations and among higher-income individuals, highlighting ongoing health inequalities.

Governments aim to reduce mortality rates by targeting premature death causes. While infectious diseases still cause millions of deaths, particularly in developing countries, there has been progress. HIV/AIDS, once stigmatized and ignored, has seen a 16 percent decline in new infections globally between 2000 and 2008 due to prevention efforts and new drugs.

Lifestyle choices significantly affect life expectancy and mortality rates. Obesity and smoking are major health risks, with obesity reducing life expectancy by up to 20 years and smoking causing millions of deaths annually. The CDC estimates a billion smokers worldwide, with 80 percent in developing countries. Lifestyle choices thus pose health risks for individuals and nations alike.

By examining life expectancy, mortality rates, and lifestyle, we get a mixed view of global health. While people live longer due to improved life expectancy, infectious diseases and poor lifestyle choices still cause millions of deaths. Improving global health requires continued efforts in health education, job provision, and income increase, highlighting the link between education, income, and health. Better-educated individuals make healthier lifestyle choices, benefit from improved job prospects, and pass these advantages to their children, ultimately enhancing global health.

Reference: <https://www.samhsa.gov/>

Question 34: What would be the best title for the passage?

- A. The Importance of Health Education
- B. The Role of WHO in Global Health
- C. Assessing Global Health: Indicators and Challenges
- D. Lifestyle Choices and Their Impact on Health

Tiêu đề nào là tốt nhất cho đoạn văn này?

- A. Tầm quan trọng của Giáo dục Sức khỏe
- B. Vai trò của WHO trong Sức khỏe Toàn cầu
- C. Đánh giá Sức khỏe Toàn cầu: Các Chỉ số và Thách thức
- D. Lựa chọn Lối sống và Tác động của Chúng lên Sức khỏe

Đáp án: C. Đánh giá Sức khỏe Toàn cầu: Các Chỉ số và Thách thức

Giải thích: Đoạn văn nói về việc WHO đánh giá sức khỏe toàn cầu thông qua các chỉ số như tuổi thọ và tỷ lệ tử vong, đồng thời nêu rõ những thách thức trong việc duy trì sức khỏe toàn cầu.

Question 35: The word “assesses” in paragraph 2 is closest in meaning to _____.

- A. ignores
- B. evaluates
- C. dismisses
- D. overlooks

Từ “assesses” trong đoạn 2 gần nghĩa nhất với _____.

- A. bỏ qua
- B. đánh giá
- C. loại bỏ
- D. xem nhẹ

Đáp án: B. đánh giá

Giải thích: “The WHO assesses large populations' health using life expectancy and mortality rates.”

“WHO **đánh giá** sức khỏe của các quần thể lớn bằng cách sử dụng tuổi thọ và tỷ lệ tử vong.”

Question 36: What does the word “its” in paragraph 1 refer to?

- A. nation
- B. health
- C. decision
- D. strength

Từ "its" trong đoạn 1 ám chỉ điều gì?

- A. quốc gia
- B. sức khỏe
- C. quyết định
- D. sức mạnh

Đáp án: A. quốc gia

Giải thích: "Just as family health is tied to individual members, a nation's health is connected to its people."

A country's economic strength relies on a healthy workforce."

"Cũng như sức khỏe gia đình gắn liền với các thành viên cá nhân, sức khỏe của một quốc gia gắn liền với người dân của nó. Sức mạnh kinh tế của một quốc gia phụ thuộc vào lực lượng lao động khỏe mạnh."

Question 37: The word "premature" in paragraph 3 is opposite in meaning to _____.

- A. timely
- B. early
- C. delayed
- D. expected

Từ "premature" trong đoạn 3 trái nghĩa với _____.

- A. đúng thời gian
- B. sớm
- C. trễ
- D. dự kiến

Đáp án: C. trễ

Giải thích: "Mortality rates, the second indicator, measure deaths in specific regions, focusing on premature deaths."

"Tỷ lệ tử vong, chỉ số thứ hai, đo lường số ca tử vong trong các khu vực cụ thể, tập trung vào những cái chết sớm."

Question 38: According to the passage, what is a significant achievement in reducing global mortality rates?

- A. The complete eradication of HIV/AIDS
- B. A decrease in new HIV/AIDS infections
- C. A 50 percent reduction in child mortality
- D. The eradication of tobacco-related diseases

Theo đoạn văn, thành tựu đáng kể trong việc giảm tỷ lệ tử vong toàn cầu là gì?

- A. Loại bỏ hoàn toàn HIV/AIDS
- B. Giảm tỷ lệ nhiễm HIV/AIDS mới
- C. Giảm 50% tỷ lệ tử vong trẻ em
- D. Loại bỏ các bệnh liên quan đến thuốc lá

Đáp án: B. Giảm tỷ lệ nhiễm HIV/AIDS mới

Giải thích: "HIV/AIDS, once stigmatized and ignored, has seen a 16 percent decline in new infections

globally between 2000 and 2008 due to prevention efforts and new drugs."

"HIV/AIDS, từng bị kỳ thị và phớt lờ, đã giảm 16% tỷ lệ nhiễm mới toàn cầu từ năm 2000 đến 2008 nhờ các nỗ lực phòng ngừa và các loại thuốc mới."

Question 39: Which of the following is NOT true according to the passage?

- A. Obesity can reduce life expectancy by up to 20 years.
- B. The CDC estimates there are a billion smokers worldwide.
- C. Infectious diseases have been eliminated in developing countries.
- D. Lifestyle choices pose health risks for individuals and nations.

Điều nào sau đây KHÔNG đúng theo đoạn văn?

- A. Béo phì có thể giảm tuổi thọ lên đến 20 năm.
- B. CDC ước tính có một tỷ người hút thuốc trên toàn thế giới.
- C. Các bệnh truyền nhiễm đã được loại bỏ ở các nước đang phát triển.
- D. Lựa chọn lối sống gây ra rủi ro sức khỏe cho cá nhân và quốc gia.

Đáp án: C. Các bệnh truyền nhiễm đã được loại bỏ ở các nước đang phát triển.

Giải thích: "While infectious diseases still cause millions of deaths, particularly in developing countries, there has been progress"

"Trong khi các bệnh truyền nhiễm vẫn gây ra hàng triệu ca tử vong, đặc biệt là ở các nước đang phát triển, đã có những tiến bộ."

Question 40: It can be inferred from the passage that _____.

- A. Health education has no impact on life expectancy.
- B. Governments play a role in reducing mortality rates.
- C. All countries have equal health outcomes.
- D. Life expectancy is not linked to economic factors.

Có thể suy ra từ đoạn văn rằng _____.

- A. Giáo dục sức khỏe không có tác động đến tuổi thọ.
- B. Chính phủ đóng vai trò trong việc giảm tỷ lệ tử vong.
- C. Tất cả các quốc gia đều có kết quả sức khỏe như nhau.
- D. Tuổi thọ không liên quan đến các yếu tố kinh tế.

Đáp án: B. Chính phủ đóng vai trò trong việc giảm tỷ lệ tử vong.

Giải thích: "Governments aim to reduce mortality rates by targeting premature death causes."

"Chính phủ đặt mục tiêu giảm tỷ lệ tử vong bằng cách nhắm vào các nguyên nhân gây tử vong sớm."