

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

CHUẨN BỊ CHO KÌ THI TỐT NGHIỆP THPT VÀ ĐGNL
ĐỀ THI THỬ TỐT NGHIỆP THPT 2026
[TS2026.04] SỞ GD&ĐT BẮC NINH – MÃ ĐỀ CHẤM

Thời gian làm bài: 50 phút, 40 câu trắc nghiệm

Cô Vũ Thị Mai Phương

Read the following advertisement 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.

TOO YOUNG TO BE TIRED?

More and more young adults are feeling burned out before they even turn 25. Sound familiar? You're not alone. The pressure to succeed early and live a "perfect life" has created a silent (1) _____, which is often overlooked. Many Gen Z individuals say they feel tired, lost, and unsure of their path – even while working hard. They struggle to rest, feel dissatisfied (2) _____ what they've achieved, and are often (3) _____ when comparing themselves to others.

This healing workshop is made just for you. We aim (4) _____ the root of early burnout, why society continues to (5) _____ pressure on young people, and how you can create a healthier, slower life. With expert-led talks, creative activities, and moments of deep rest, you'll reconnect with your energy and joy. You deserve a life (6) _____ with meaning, not just deadlines. Let's talk about what truly matters. Let's slow down, together!

(Adapted from mindfulgeneration.org)

Quá trẻ để mệt mỏi?

Ngày càng nhiều người trẻ cảm thấy kiệt sức trước khi bước sang tuổi 25. Nghe quen chứ? Bạn không đơn độc. Áp lực phải thành công sớm và sống một cuộc sống hoàn hảo đã tạo ra một cuộc khủng hoảng sức khỏe tinh thần thầm lặng, thường bị bỏ qua. Nhiều người thuộc thế hệ Gen Z nói rằng họ cảm thấy mệt mỏi, lạc lõng và không chắc chắn về con đường của mình - ngay cả khi đã làm việc chăm chỉ. Họ khó nghỉ ngơi, cảm thấy không hài lòng với những gì mình đã đạt được và thường thất vọng khi so sánh bản thân với người khác.

Buổi hội thảo chữa lành này được tạo ra dành riêng cho bạn. Chúng tôi nhắm đến việc khám phá gốc rễ của tình trạng kiệt sức sớm, lý do tại sao xã hội tiếp tục gây áp lực lên người trẻ và cách bạn có thể tạo ra một cuộc sống lành mạnh hơn, chậm rãi hơn. Với các buổi nói chuyện do chuyên gia hướng dẫn, các hoạt động sáng tạo và những khoảnh khắc nghỉ ngơi sâu sắc, bạn sẽ kết nối lại với năng lượng và niềm vui của mình. Bạn xứng đáng có một cuộc sống ý nghĩa, chứ không chỉ là những hạn chót. Hãy cùng nói về những điều thực sự quan trọng.

Hãy cùng nhau sống chậm lại nhé!

Question 1. A. health crisis mental

B. health mental crisis

C. mental health crisis

D. mental crisis health

Kiến thức: Trật tự từ

mental (adj): thuộc về tâm lý, tinh thần

health (n): sức khỏe

crisis (n): khủng hoảng

Ta có cụm danh từ thông dụng 'mental health' (sức khỏe tinh thần) đứng trước để bổ nghĩa cho danh từ chính "crisis" (khủng hoảng)

*- Trật tự từ đúng: **mental health crisis**.*

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

internet is now the most influential source of information for millions of people worldwide. The impact of mass media on public (8) _____ cannot be underestimated, as it shapes people's views on important issues.

For example, the (9) _____ of social media users has dramatically increased over the past decade, with platforms like Facebook and Instagram leading the way. (10) _____ key development is the rise of video (11) _____, which has become more popular than traditional text-based news.

Mass media also plays a role in raising awareness on various social issues, as it can (12) _____ topics that might otherwise remain unnoticed. The influence of mass media continues to grow, shaping both culture and society every day.

(Adapted from Forbes)

Thế giới Truyền thông Đại chúng

Thế giới truyền thông đại chúng đã có những thay đổi đáng kể trong thời đại kỹ thuật số. Theo các nghiên cứu gần đây, internet hiện là nguồn thông tin có ảnh hưởng nhất đối với hàng triệu người trên toàn thế giới. Tác động của truyền thông đại chúng lên dư luận là không thể xem nhẹ, vì nó định hình quan điểm của mọi người về các vấn đề quan trọng.

Ví dụ, số lượng người dùng mạng xã hội đã tăng đáng kể trong thập kỷ qua, với các nền tảng như Facebook và Instagram dẫn đầu. Một bước phát triển quan trọng khác là sự gia tăng của nội dung video, vốn đã trở nên phổ biến hơn so với tin tức dạng văn bản truyền thống.

Truyền thông đại chúng cũng đóng một vai trò trong việc nâng cao nhận thức về các vấn đề xã hội khác nhau, vì nó có thể đưa ra những chủ đề mà lẽ ra có thể bị bỏ qua. Ảnh hưởng của truyền thông đại chúng tiếp tục gia tăng, định hình cả văn hóa và xã hội mỗi ngày.

Question 7. A. Regardless of **B. According to** C. On account of D. In addition to

Kiến thức: Cụm giới từ

A. Regardless of: bất chấp

B. According to: theo, dựa theo

C. On account of: vì, do

D. In addition to: thêm vào đó, ngoài ra

Tạm dịch: According to recent studies, the internet is now the most influential source of information for millions of people worldwide. (Theo các nghiên cứu gần đây, internet hiện là nguồn thông tin có ảnh hưởng nhất đối với hàng triệu người trên toàn thế giới.)

Chọn đáp án B

Question 8. A. comment B. tendency C. idea **D. opinion**

Kiến thức: Từ vựng theo ngữ cảnh

A. comment (n): bình luận

B. tendency (n): khuynh hướng, xu hướng

C. idea(n): ý tưởng

D. opinion(n): ý kiến

public opinion(n): dư luận

Tạm dịch: The impact of mass media on public opinion cannot be underestimated, as it shapes people's views on important issues. (Tác động của truyền thông đại chúng lên dư luận là không thể xem nhẹ, vì nó định hình quan điểm của mọi người về các vấn đề quan trọng.)

Chọn đáp án D

Question 9. A. portion B. item C. amount **D. number**

Kiến thức: Cụm từ chỉ lượng

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

- A. portion of + N đếm được/không đếm được: phần
- B. item of + N không đếm được: một đơn vị một phần riêng lẻ
- C. amount of + N không đếm được: lượng
- D. the number of + N số nhiều: số lượng

Ta có 'social media users' là cụm danh từ số nhiều và ngữ cảnh đang đề cập sự gia tăng về mặt số lượng của những người sử dụng mạng xã hội nên 'number' là đáp án phù hợp nhất.

Tạm dịch: For example, the number of social media users has dramatically increased over the past decade, with platforms like Facebook and Instagram leading the way. (Ví dụ, số lượng người dùng mạng xã hội đã tăng đáng kể trong thập kỷ qua, với các nền tảng như Facebook và Instagram dẫn đầu.)

Chọn đáp án D

Question 10. A. Others B. Each other **C. Another** D. The others

Kiến thức: Lượng từ

- A. Others: những cái/người khác
- B. Each other: lẫn nhau (dùng cho quan hệ giữa hai hay nhiều đối tượng)
- C. Another + N đếm được số ít: một... khác
- D. The others; những cái/người còn lại

Ta có 'key development' là danh từ đếm được số ít nên ta dùng 'another'.

Tạm dịch: Another key development is the rise of video content, which has become more popular than traditional text-based news. (Một bước phát triển quan trọng khác là sự gia tăng của nội dung video, vốn đã trở nên phổ biến hơn so với tin tức dạng văn bản truyền thống.)

Chọn đáp án C

Question 11. A. clip B. series **C. content** D. film

Kiến thức: Từ vựng theo ngữ cảnh

- A. clip (n): đoạn video ngắn (đếm được)
- B. series (n): chuỗi, loạt (phim, chương trình, bài viết...)
- C. content (n): nội dung (video, bài viết, thông tin...)
- D. film(n): phim, bộ phim

Tạm dịch: Another key development is the rise of video content, which has become more popular than traditional text-based news. (Một bước phát triển quan trọng khác là sự gia tăng của nội dung video, vốn đã trở nên phổ biến hơn so với tin tức dạng văn bản truyền thống.)

Chọn đáp án C

Question 12. A. run away B. put up **C. bring up** D. keep up

Kiến thức: Cụm động từ

- A. run away: chạy trốn, bỏ chạy
- B. put up: dựng lên
- C. bring up: đề cập, nêu ra (một chủ đề, vấn đề)
- D. keep up: theo kịp, duy trì

Tạm dịch: Mass media also plays a role in raising awareness on various social issues, as it can bring up topics that might otherwise remain unnoticed. (Truyền thông đại chúng cũng đóng một vai trò trong việc nâng cao nhận thức về các vấn đề xã hội khác nhau, vì nó có thể đưa ra những chủ đề mà lẽ ra có thể bị bỏ qua.)

Chọn đáp án C

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.

Question 13.

a. The burning of wood for heating purposes is likely to produce little in the way of carbon emissions and is therefore considered to be friendly to the environment.

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

- b. Wood and coal are both useful sources of energy, and both are constantly in use around the world.
- c. Coal, on the other hand, is termed the "enemy of the environment" as it is the largest source of carbon emissions and is the greatest contributor to global warming.
- d. This is because wood burning produces only as much carbon as if the tree were left alone to eventually rot in the ground.
- e. However, while they each have their merits as fuel, the problems and hazards associated with their use are very different.

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

Gỗ và than đá đều là những nguồn năng lượng hữu ích và được sử dụng thường xuyên trên toàn thế giới. Tuy nhiên, mặc dù mỗi loại đều có ưu điểm riêng khi dùng làm nhiên liệu, các vấn đề và nguy hiểm liên quan đến việc sử dụng chúng lại rất khác nhau. Việc đốt gỗ để sưởi ấm có thể tạo ra rất ít khí thải carbon, vì thế được coi là thân thiện với môi trường. Nguyên nhân là vì việc đốt gỗ chỉ thải ra lượng carbon tương đương với việc cây bị phân hủy tự nhiên dưới đất. Ngược lại, than đá được xem là 'kẻ thù của môi trường' vì nó là nguồn phát thải carbon lớn nhất và là tác nhân chính gây ra hiện tượng nóng lên toàn cầu.

Chọn đáp án C

Question 14.

Dear Mr. Thompson,

- a. I sincerely apologize for the inconvenience you faced and appreciate your patience as we work through the issue.
- b. I would like to offer a solution that includes a discount on your next service as a gesture of goodwill.
- c. Your feedback is invaluable to us, and we are currently reviewing your case to ensure that we can improve and prevent similar situations in the future.
- d. If you have any further questions or concerns, please feel free to reach out - I'm here to help!
- e. Thank you for reaching out and sharing your concerns regarding your recent experience with our service. Best regards,

Emily

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

Kính gửi ông Thompson,

Cảm ơn ông đã liên hệ và chia sẻ những lo ngại của mình về trải nghiệm gần đây với dịch vụ của chúng tôi. Tôi chân thành xin lỗi vì những bất tiện mà ông gặp phải và rất cảm kích sự kiên nhẫn của ông trong khi chúng tôi xử lý vấn đề này. Phản hồi của ông vô cùng quý giá đối với chúng tôi và hiện tại chúng tôi đang xem xét trường hợp của ông để cải thiện và ngăn ngừa những tình huống tương tự trong tương lai. Tôi xin gửi tới ông một ưu đãi giảm giá cho lần sử dụng dịch vụ tiếp theo như một cử chỉ thiện chí. Nếu ông còn bất kỳ câu hỏi hoặc thắc mắc nào, xin vui lòng liên hệ tôi luôn sẵn lòng hỗ trợ!

Trân trọng,

Emily

Chọn đáp án C

Question 15.

- a. Tuan: That's amazing. Can I join too?
- b. Linh: My friend volunteers at a shelter for the homeless.
- c. Linh: Yes, we go every Sunday to help serve food.

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

A. c – b – a

B. a – c – b

C. b – c – a

D. b – a – c

- **Linh:** Bạn tớ làm tình nguyện viên tại một nơi tạm trú cho người vô gia cư.

- **Tuấn:** Thật tuyệt vời. Tớ cũng có thể tham gia được không?

- **Linh:** Được chứ, bạn tớ đi giúp phục vụ đồ ăn vào Chủ nhật hàng tuần.

Chọn đáp án D

Question 16.

a. Alex: Why AI-powered tools?

b. Alex: How are you going to improve your work productivity?

c. Alex: I think AI tools are too complex. I don't think I'll try them.

d. Sue: I'm going to use AI-powered tools.

e. Sue: They help automate tasks, provide real-time data analysis, and can assist in making smarter decisions.

A. b – d – a – e – c

B. d – b – a – e – c

C. c – e – d – b – a

D. c – b – a – e – d

- **Alex:** Cậu định cải thiện năng suất làm việc của mình bằng cách nào?

- **Sue:** Tớ sẽ sử dụng các công cụ hỗ trợ bởi AI.

- **Alex:** Tại sao lại sử dụng công cụ hỗ trợ bởi AI?

- **Sue:** Chúng giúp tự động hóa các tác vụ, cung cấp phân tích dữ liệu theo thời gian thực và có thể hỗ trợ đưa ra quyết định thông minh hơn.

- **Alex:** Tớ nghĩ các công cụ AI quá phức tạp. Tớ không nghĩ tớ sẽ thử chúng.

Chọn đáp án A

Question 17.

a. However, despite the economic boom, environmental concerns about beach erosion and overdevelopment remain prominent.

b. Once quiet, undeveloped beach areas along the coast have been replaced by luxury resorts and condos, marking a shift towards tourism and real estate development.

c. This boom in development has attracted international investors, leading to new hotels, restaurants and tourist attractions.

d. The coastal city has undergone dramatic changes over the past few years.

e. The population has exploded as more people move to the area to work in the tourism and construction industries.

A. d – c – a – b – e

B. d – a – e – b – c

C. e – d – b – c – a

D. d – b – c – e – a

Thành phố ven biển đã trải qua những thay đổi mạnh mẽ trong vài năm qua. Những bãi biển yên tĩnh, chưa phát triển dọc bờ biển đã bị thay thế bằng các khu nghỉ dưỡng và căn hộ cao cấp, đánh dấu sự chuyển dịch sang du lịch và phát triển bất động sản. Sự bùng nổ phát triển này đã thu hút các nhà đầu tư quốc tế, dẫn đến sự ra đời của các khách sạn, nhà hàng và điểm tham quan du lịch mới. Dân số tăng vọt khi ngày càng nhiều người chuyển đến khu vực này để làm việc trong ngành du lịch và xây dựng. Tuy nhiên, bất chấp sự bùng nổ kinh tế, những lo ngại về môi trường do xói mòn bãi biển và phát triển quá mức vẫn còn hiện hữu.

Chọn đáp án D

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.

STRESS

In prehistoric times, the physical changes in response to stress were an essential adaptation for meeting natural threats. The stress response, even in the modern world, (18) _____ during critical events such as sports activities, important meetings, or situations of actual danger. If stress becomes persistent and low-level,

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

however, the brain, heart, lungs, vessels and muscles become chronically over or under-activated. (19) _____ . Acute stress can also be harmful in certain situations.

Studies suggest that (20) _____ is associated with depression or anxiety. In one study, two thirds of subjects who experienced a stressful situation had nearly six times the risk of developing depression within that month. Some evidence suggests that repeated release of stress hormones disrupts normal levels of serotonin, the nerve chemical (21) _____. Certainly, on a more obvious level, stress diminishes the quality of life by reducing feelings of pleasure and accomplishment, and relationships are often threatened.

The tensions of unresolved stress frequently cause insomnia, generally keeping the stressed person awake or causing awakening in the middle of the night or early morning. In fact, evidence suggests that stress hormones can increase during sleep in anticipation of a specific waking time. (22) _____. Relaxation therapy has been found to reduce stress levels and consequently improve the quality of sleep.

(Adapted from Cambridge Vocabulary for IELTS)

CĂNG THẰNG

Ở thời tiền sử, những thay đổi về thể chất để ứng phó với căng thẳng là một sự thích nghi cần thiết để đối mặt với các mối đe dọa tự nhiên. Phản ứng lại căng thẳng, ngay cả trong thế giới hiện đại, có thể nâng cao mức độ hiệu suất trong các sự kiện quan trọng như hoạt động thể thao, các cuộc họp quan trọng hoặc các tình huống nguy hiểm thực tế. Tuy nhiên, nếu căng thẳng trở nên dai dẳng và ở mức độ thấp, não, tim, phổi, mạch máu và cơ bắp sẽ trở nên hoạt động quá mức hoặc dưới mức bình thường một cách mãn tính. Điều này có thể gây ra tổn thương về thể chất hoặc tâm lý theo thời gian. Căng thẳng cấp tính cũng có thể có hại trong một số tình huống.

Các nghiên cứu cho thấy việc không có khả năng đối phó với căng thẳng có liên quan đến trầm cảm hoặc lo âu. Trong một nghiên cứu, 2/3 số người tham gia trải qua tình huống căng thẳng có nguy cơ phát triển trầm cảm trong tháng đó gần gấp sáu lần. Một số bằng chứng cho thấy việc giải phóng hormone gây căng thẳng lặp đi lặp lại sẽ phá vỡ mức serotonin bình thường, một chất hóa học thần kinh quan trọng đối với cảm giác hạnh phúc. Chắc chắn, ở một mức độ rõ ràng hơn, căng thẳng làm giảm chất lượng cuộc sống bằng cách giảm cảm giác vui vẻ và thành tựu, đồng thời các mối quan hệ thường bị đe dọa.

Những căng thẳng chưa được giải quyết thường xuyên gây ra chứng mất ngủ, thường khiến người bị căng thẳng tỉnh táo hoặc thức giấc vào lúc nửa đêm hoặc sáng sớm. Trên thực tế, có bằng chứng cho thấy hormone gây căng thẳng có thể tăng lên trong khi ngủ để chuẩn bị cho một thời điểm thức dậy cụ thể. Tuy nhiên, vẫn có một số hy vọng cho những người đang chịu ảnh hưởng trong lĩnh vực này. Liệu pháp thư giãn đã được chứng minh là làm giảm mức độ căng thẳng và do đó cải thiện chất lượng giấc ngủ.

Question 18.

A. can raise levels of performance

B. have to greatly improve performance levels

C. increasing levels of performance

D. which can enhance performance levels

Kiến thức: Các loại mệnh đề

Ta thấy câu đã có chủ ngữ chính 'The stress response' nên ta cần một động từ chính có chia thì phù hợp.

- Loại B vì cần chia động từ số ít 'has to...' sau chủ ngữ số ít 'The stress response' và ngữ nghĩa cũng không phù hợp.

- Loại C vì là hiện tại phân từ 'increasing'.

- Loại D vì là mệnh đề quan hệ.

- A đúng vì "can raise" là động từ khuyết thiếu 'can' + động từ nguyên mẫu không "to".

Tạm dịch:

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

The stress response, even in the modern world, can raise levels of performance during critical events such as sports activities, important meetings, or situations of actual danger. (Phản ứng lại căng thẳng, ngay cả trong thế giới hiện đại, có thể nâng cao mức độ hiệu suất trong các sự kiện quan trọng như hoạt động thể thao, các cuộc họp quan trọng hoặc các tình huống nguy hiểm thực tế.)

Chọn đáp án A

Question 19.

- A. This is not necessarily harmful to people's physical and psychological conditions
- B. This may produce physical or psychological damage over time**
- C. This is not likely to result in long-term damage to people's physical and psychological well-being
- D. This will possibly improve people's physical and psychological well-being over time

Kiến thức: Ngữ cảnh trong bài đọc điền khuyết thông tin

- A. Điều này không nhất thiết có hại cho tình trạng thể chất và tâm lý của mọi người - Sai vì mâu thuẫn với ý của câu liền trước nói về tác động tiêu cực của căng thẳng kéo dài.
- B. Điều này có thể gây ra tổn thương về thể chất hoặc tâm lý theo thời gian - Đúng vì đề cập đến hậu quả theo thời gian của tác động tiêu cực của việc căng thẳng kéo dài lên não, tim, phổi, mạch máu và cơ bắp.
- C. Điều này không có khả năng gây ra tổn hại lâu dài cho sức khỏe thể chất và tâm lý của mọi người - Sai vì mâu thuẫn với ý của câu liền trước nói về tác động tiêu cực của căng thẳng kéo dài.
- D. Điều này có thể sẽ cải thiện sức khỏe thể chất và tâm lý của mọi người theo thời gian → Sai vì trái ngược với ý của câu liền trước nói về tác động tiêu cực của căng thẳng kéo dài.

Tạm dịch:

If stress becomes persistent and low-level, however, the brain, heart, lungs, vessels and muscles become chronically over- or under-activated. This may produce physical or psychological damage over time. (Tuy nhiên, nếu căng thẳng trở nên dai dẳng và ở mức độ thấp, não, tim, phổi, mạch máu và cơ bắp sẽ trở nên hoạt động quá mức hoặc dưới mức bình thường một cách mãn tính. Điều này có thể gây ra tổn thương về thể chất hoặc tâm lý theo thời gian.)

Chọn đáp án B

Question 20.

- A. the inability to deal with stress**
- B. it is impossible to deal with stress
- C. people are unable to handle stress
- D. to be able to handle stress

Kiến thức: Các loại mệnh đề

Vị trí đang cần một danh từ/cụm danh từ đóng vai trò làm chủ ngữ.

- Loại B và C vì là mệnh đề độc lập.
- Loại D vì là động từ nguyên mẫu có 'to'.
- A đúng vì là một cụm danh từ.

Tạm dịch:

Studies suggest that the inability to deal with stress is associated with depression or anxiety. (Các nghiên cứu cho thấy việc không có khả năng đối phó với căng thẳng có liên quan đến trầm cảm hoặc lo âu.)

Chọn đáp án A

Question 21.

- A. that is critical for feelings of well-being**
- B. what makes people feel that they are healthy
- C. when feelings of well-being become essential
- D. who is important for feelings of well-being

Kiến thức: Mệnh đề quan hệ

Ta thấy câu đã có đầy đủ chủ ngữ chính và động từ chính nên ta có thể dùng mệnh đề quan hệ hoặc mệnh đề quan hệ rút gọn để bỏ nghĩa cho cụm danh từ chỉ vật 'the nerve chemical'.

- Loại B vì mệnh đề danh từ.
- Loại C vì trạng từ quan hệ 'when' thay cho trạng ngữ chỉ thời gian nên không thể thay cho 'the nerve chemical'.

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

- Loại D vì đại từ quan hệ 'who' thay cho danh từ chỉ người nên không thể thay cho 'the nerve chemical'.
- A đúng vì đại từ quan hệ "that" thay cho cụm danh từ chỉ vật "the nerve chemical" và ngữ nghĩa phù hợp.

Tạm dịch:

Some evidence suggests that repeated release of stress hormones disrupts normal levels of serotonin, the nerve chemical that is critical for feelings of well-being. (Một số bằng chứng cho thấy việc giải phóng hormone gây căng thẳng lặp đi lặp lại sẽ phá vỡ mức serotonin bình thường, một chất hóa học thần kinh quan trọng đối với cảm giác hạnh phúc.)

Chọn đáp án A

Question 22.

A. However, there is some hope for sufferers in this area

B. Nevertheless, it is impossible to relieve people's sufferings

C. Thus, there is no effective cure for sufferers in this area

D. Therefore, therapies for people's sufferings are unavailable

Kiến thức: Ngữ cảnh trong bài đọc điền khuyết thông tin

A. Tuy nhiên, vẫn có một số hy vọng cho những người đang chịu ảnh hưởng trong lĩnh vực này - Đúng vì phù hợp với ngữ cảnh, chuyển ý từ vấn đề sang hy vọng nên liên kết với câu liền sau nói về liệu pháp thư giãn.

B. Tuy nhiên, không thể xoa dịu nỗi đau của mọi người - Sai vì mâu thuẫn với câu liền sau nói về việc liệu pháp thư giãn có hiệu quả trong việc giảm căng thẳng.

C. Vì vậy, không có cách chữa trị hiệu quả cho những người đang chịu ảnh hưởng trong lĩnh vực này - Sai vì mâu thuẫn với câu liền sau nói về việc liệu pháp thư giãn có hiệu quả trong việc giảm căng thẳng.

D. Do đó, không có phương pháp chữa trị nỗi đau khổ của mọi người → Sai vì mâu thuẫn với câu liền sau nói về việc liệu pháp thư giãn có hiệu quả trong việc giảm căng thẳng.

Tạm dịch:

In fact, evidence suggests that stress hormones can increase during sleep in anticipation of a specific waking time. However, there is some hope for sufferers in this area. Relaxation therapy has been found to reduce stress levels and consequently improve the quality of sleep. (Trên thực tế, có bằng chứng cho thấy hormone gây căng thẳng có thể tăng lên trong khi ngủ để chuẩn bị cho một thời điểm thức dậy cụ thể. Tuy nhiên, vẫn có một số hy vọng cho những người đang chịu ảnh hưởng trong lĩnh vực này. Liệu pháp thư giãn đã được chứng minh là làm giảm mức độ căng thẳng và do đó cải thiện chất lượng giấc ngủ.)

Chọn đáp án A

Read the following passage about endangered birds and mark the letter A, B, C or D on your answer sheet to indicate the best answer to each of the following questions.

Hygiene has played a vital role in human civilization throughout history. Ancient civilizations, such as the Egyptians, Greeks, and Romans, were among the first to recognize the importance of cleanliness for health. They practiced bathing and used natural oils to maintain personal hygiene. The Romans even built **elaborate** public bathhouses, which became social centers for relaxation and sanitation. These early efforts showed an understanding that hygiene was linked to overall well-being.

During the Middle Ages, however, attitudes towards hygiene changed significantly. The spread of diseases like the Black Death led people to believe that bathing could make **them** more vulnerable to infections. As a result, frequent bathing became rare, and cleanliness was not prioritized. Many people relied on strong perfumes to cover body odor, while poor waste management in cities created **unsanitary** conditions. This lack of hygiene contributed to widespread illness and high mortality rates.

The 19th century marked a turning point in the understanding of hygiene with the rise of scientific discoveries. Pioneers like Louis Pasteur and Joseph Lister demonstrated the link between germs and diseases, leading to improved medical practices and public health measures. **The introduction of handwashing and**

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

sterilization in hospitals greatly reduced infection rates. Public awareness campaigns and government regulations began to promote better hygiene in everyday life.

Today, hygiene remains a crucial aspect of public health and daily routines. Advancements in technology have made access to clean water and sanitation facilities more widespread. People now understand the importance of practices like handwashing, brushing teeth, and proper waste disposal. The history of hygiene reflects humanity's ongoing efforts to protect health and prevent disease, proving its significance across time.

(Adapted from www.exceptionalfutures.com)

Vệ sinh đóng vai trò quan trọng trong nền văn minh nhân loại trong suốt chiều dài lịch sử. Các nền văn minh cổ đại như Ai Cập, Hy Lạp và La Mã là những nền văn minh đầu tiên nhận ra tầm quan trọng của sự sạch sẽ đối với sức khỏe. Họ tắm rửa và sử dụng các loại dầu tự nhiên để duy trì vệ sinh cá nhân. Người La Mã thậm chí còn xây dựng các nhà tắm công cộng rất công phu, nơi trở thành trung tâm xã hội để thư giãn và vệ sinh. Những nỗ lực ban đầu này cho thấy sự hiểu biết rằng vệ sinh có liên quan đến sức khỏe tổng thể.

Tuy nhiên, trong thời Trung cổ, thái độ đối với vệ sinh đã thay đổi đáng kể. Sự lây lan của các dịch bệnh như Cái chết đen khiến mọi người tin rằng tắm rửa có thể khiến họ dễ bị nhiễm trùng hơn. Do đó, việc tắm rửa thường xuyên trở nên hiếm hoi và sự sạch sẽ không được ưu tiên. Nhiều người dựa vào nước hoa nồng để che mùi cơ thể, trong khi việc quản lý chất thải kém ở các thành phố đã tạo ra điều kiện mất vệ sinh. Việc thiếu vệ sinh này đã góp phần gây ra các đợt dịch bệnh lan rộng và tỷ lệ tử vong cao.

Thế kỷ 19 đánh dấu bước ngoặt trong sự hiểu biết về vệ sinh với sự gia tăng của các khám phá khoa học. Những người tiên phong như Louis Pasteur và Joseph Lister đã chứng minh mối liên hệ giữa vi khuẩn và bệnh tật, dẫn đến các hoạt động y tế và các biện pháp y tế công cộng được cải thiện. Việc áp dụng rửa tay và khử trùng trong các bệnh viện đã làm giảm đáng kể tỷ lệ nhiễm trùng. Các chiến dịch nâng cao nhận thức của cộng đồng và các quy định của chính phủ bắt đầu thúc đẩy vệ sinh tốt hơn trong cuộc sống hàng ngày.

Ngày nay, vệ sinh vẫn là một khía cạnh quan trọng của sức khỏe cộng đồng và các thói quen hàng ngày. Những tiến bộ trong công nghệ đã giúp việc tiếp cận nước sạch và các cơ sở vệ sinh trở nên phổ biến hơn. Mọi người hiện hiểu được tầm quan trọng của các hoạt động như rửa tay, đánh răng và xử lý chất thải đúng cách. Lịch sử vệ sinh phản ánh những nỗ lực liên tục của nhân loại nhằm bảo vệ sức khỏe và ngăn ngừa bệnh tật, chứng minh tầm quan trọng của nó theo thời gian.

Question 23. Which of the following best paraphrases the underlined sentence in paragraph 3?

“The introduction of handwashing and sterilization in hospitals greatly reduced infection rates.”

- A. Promoting handwashing and sterilization in hospitals gradually decreased infection rates.
- B. Discouraging the use of handwashing and sterilization in hospitals slightly increased infection rates.
- C. Implementing handwashing and sterilization in hospitals significantly lowered infection rates.**
- D. Imposing a ban on handwashing and sterilization in hospitals dramatically increased infection rates.

Kiến thức: Paraphrasing

Câu nào sau đây diễn đạt lại đúng nhất câu được gạch chân trong đoạn 3?

“Việc áp dụng rửa tay và khử trùng trong các bệnh viện đã làm giảm đáng kể tỷ lệ nhiễm trùng.”

- A. Việc khuyến khích rửa tay và khử trùng trong bệnh viện dần dần làm giảm tỷ lệ nhiễm trùng. => Sai ở 'promoting' và 'gradually decreased' vì câu gốc nói 'áp dụng' và 'giảm đáng kể'.
- B. Việc không khuyến khích rửa tay và khử trùng trong bệnh viện làm tăng nhẹ tỷ lệ nhiễm trùng. => Sai về ý nghĩa câu.

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

C. Việc thực hiện rửa tay và khử trùng trong bệnh viện đã làm giảm đáng kể tỷ lệ nhiễm trùng. => Đúng về ý nghĩa câu so với câu gốc.

D. Việc cầm rửa tay và khử trùng trong bệnh viện làm tăng mạnh tỷ lệ nhiễm trùng. => Sai về ý nghĩa câu.

Chọn đáp án C

Question 24. Which of the following is **NOT** mentioned as an ancient civilization that practiced hygiene?

- A. Romans B. Greeks C. Egyptians **D. Indians**

Kiến thức: Tìm thông tin không có trong đoạn

Nền văn minh nào sau đây **KHÔNG** được nhắc đến là có thực hành vệ sinh?

- A. La Mã
B. Hy Lạp
C. Ai Cập
D. Ấn Độ

Thông tin:

Ancient civilizations, such as the **Egyptians, Greeks, and Romans**, were among the first to recognize the importance of cleanliness for health. They practiced bathing and used natural oils to maintain personal hygiene. (Các nền văn minh cổ đại như Ai Cập, Hy Lạp và La Mã là những nền văn minh đầu tiên nhận ra tầm quan trọng của sự sạch sẽ đối với sức khỏe. Họ tắm rửa và sử dụng các loại dầu tự nhiên để duy trì vệ sinh cá nhân.)

A, B và C được đề cập.

D không được đề cập.

Chọn đáp án D

Question 25. The word “**elaborate**” in paragraph 1 is **OPPOSITE** in meaning to _____.

- A. sophisticated B. complex **C. simple** D. modern

Kiến thức: Từ vựng trái nghĩa theo ngữ cảnh bài đọc

Từ 'elaborate' trong đoạn 1 có nghĩa **TRÁI NGƯỢC VỚI** _____

- A. sophisticated(adj): tinh vi, phức tạp
B. complex (adj): phức tạp
C. simple(adj): đơn giản
D. modern (adj): hiện đại

elaborate (adj): tỉ mỉ, công phu >< simple (adj)

Thông tin:

The Romans even built **elaborate** public bathhouses, which became social centers for relaxation and sanitation. (Người La Mã thậm chí còn xây dựng các nhà tắm công cộng rất công phu, nơi trở thành trung tâm xã hội để thư giãn và vệ sinh.)

Chọn đáp án C

Question 26. The word “**them**” in paragraph 2 refers to _____.

- A. diseases B. perfumes C. infections **D. people**

Kiến thức: Từ quy chiếu _____

Từ 'them' trong đoạn 2 dùng để chỉ _____

- A. các căn bệnh
B. nước hoa
C. các loại nhiễm trùng
D. con người

Từ 'them' trong đoạn 2 ám chỉ đến 'people'.

Thông tin:

The spread of diseases like the Black Death led people to believe that bathing could make them more vulnerable to infections. (Sự lây lan của các dịch bệnh như Cái chết đen khiến mọi người tin rằng tắm rửa có thể khiến họ dễ bị nhiễm trùng hơn.)

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

Chọn đáp án D

Question 27. In which paragraph does the writer emphasize how living conditions have improved in recent times?

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

Kiến thức: Tìm đoạn chứa thông tin

Trong đoạn nào, tác giả nhấn mạnh rằng điều kiện sống trong thời gian gần đây đã được cải thiện?

- A. Đoạn 3
B. Đoạn 2
C. Đoạn 1
D. Đoạn 4

Thông tin:

Advancements in technology have made access to clean water and sanitation facilities more widespread. (Những tiến bộ trong công nghệ đã giúp việc tiếp cận nước sạch và các cơ sở vệ sinh trở nên phổ biến hơn.)

Chọn đáp án D

Question 28. Which of the following is **TRUE** according to the passage?

A. Louis Pasteur and Joseph Lister linked germs to diseases.

B. People in the Middle Ages believed bathing caused infections.

C. Hygiene in ancient times was mainly about using perfumes.

D. The 19th century brought no changes to hygiene practices.

Kiến thức: TRUE/ NOT TRUE/ NOT MENTIONED

Câu nào sau đây là ĐÚNG theo nội dung bài đọc?

A. Louis Pasteur và Joseph Lister đã chứng minh mối liên hệ giữa vi khuẩn và bệnh tật.

B. Người thời Trung Cổ tin rằng việc tắm rửa gây ra nhiễm trùng.

C. Vệ sinh thời cổ đại chủ yếu là dùng nước hoa.

D. Thế kỷ 19 không mang lại thay đổi nào trong các thói quen vệ sinh.

Thông tin:

+ *The spread of diseases like the Black Death led people to believe that bathing could make them more vulnerable to infections. (Sự lây lan của các dịch bệnh như Cái chết đen khiến mọi người tin rằng tắm rửa có thể khiến họ dễ bị nhiễm trùng hơn.)*

→ B sai ở 'caused infections' vì bài đọc nói rằng họ tin rằng việc tắm rửa có thể khiến họ dễ bị nhiễm trùng hơn", không phải là nguyên nhân trực tiếp 'gây nhiễm trùng'.

+ *They practiced bathing and used natural oils to maintain personal hygiene. (Họ tắm rửa và sử dụng các loại dầu tự nhiên để duy trì vệ sinh cá nhân.)*

→ C sai vì thời cổ đại, người dân 'practiced bathing and used natural oils' (tắm và dùng dầu tự nhiên) còn việc dùng nước hoa được nhắc đến ở thời Trung cổ để che mùi cơ thể.

+ *The 19th century marked a turning point in the understanding of hygiene with the rise of scientific discoveries... The introduction of handwashing and sterilization in hospitals greatly reduced infection rates. (Thế kỷ 19 đánh dấu bước ngoặt trong sự hiểu biết về vệ sinh với sự gia tăng của các khám phá khoa học... Việc áp dụng rửa tay và khử trùng trong các bệnh viện đã làm giảm đáng kể tỷ lệ nhiễm trùng.)*

→ D sai ở 'no'.

+ *Pioneers like Louis Pasteur and Joseph Lister demonstrated the link between germs and diseases, leading to improved medical practices and public health measures. (Những người tiên phong như Louis Pasteur và Joseph Lister đã chứng minh mối liên hệ giữa vi khuẩn và bệnh tật, dẫn đến các hoạt động y tế và các biện pháp y tế công cộng được cải thiện.)*

→ A đúng.

Chọn đáp án A

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

Question 29. The word “**unsanitary**” in paragraph 2 could be best replaced by _____.

- A. unusual **B. unhealthy** C. unlikely D. unsuitable

Kiến thức: Từ vựng đồng nghĩa theo ngữ cảnh bài đọc

Từ 'unsanitary' trong đoạn 2 có thể được thay thế tốt nhất bằng ____

- A. unusual (adj): khác thường
B. unhealthy (adj): không lành mạnh
C. unlikely (adj): không có khả năng xảy ra
D. unsuitable (adj): không phù hợp
unsanitary (adj): mất vệ sinh = unhealthy (adj)

Thông tin:

Many people relied on strong perfumes to cover body odor, while poor waste management in cities created unsanitary conditions. (Nhiều người dựa vào nước hoa nồng để che mùi cơ thể, trong khi việc quản lý chất thải kém ở các thành phố đã tạo ra điều kiện mất vệ sinh.)

Chọn đáp án B

Question 30. In which paragraph does the writer mention a causal relationship that resulted in a decline in personal care habits?

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

Kiến thức: Tìm đoạn chứa thông tin

Trong đoạn nào, tác giả nói về mối quan hệ nhân quả dẫn đến sự suy giảm trong thói quen chăm sóc cá nhân?

- A. Đoạn 1
B. Đoạn 2
C. Đoạn 4
D. Đoạn 3

Thông tin:

The spread of diseases like the Black Death led people to believe that bathing could make them more vulnerable to infections. **As a result**, frequent bathing became rare, and cleanliness was not prioritized. (Sự lây lan của các dịch bệnh như Cái chết đen khiến mọi người tin rằng tắm rửa có thể khiến họ dễ bị nhiễm trùng hơn. Do đó, việc tắm rửa thường xuyên trở nên hiếm hoi và sự sạch sẽ không được ưu tiên.)

-Chọn đáp án B

Read the following passage and mark the letter A, B, C, D on your answer sheet to indicate the best answer to each of the following questions.

ARE YOU LIVING OR JUST SURVIVING?

Imagine waking up each day, only to find that the world feels exactly the same as it did the day before. [I] The routine is unchanging, and the excitement of life seems to have slipped through your fingers. [II] Research indicates that when individuals fall into a cycle of monotony, they experience higher levels of stress, dissatisfaction, and burnout. [III] This pattern can drain energy, leaving people feeling disconnected from their passions and purpose. [IV]

As time passes, the reasons for beginning a particular path can be easily forgotten. The spark of enthusiasm that once fueled people's ambitions might fade as obligations and responsibilities **take over**. In fact, studies in the Journal of Positive Psychology reveal that when people reconnect with the reasons they initially set their goals, **they** experience a significant increase in motivation and fulfillment. A lack of reflection on one's purpose can lead to a life that feels passive, as if decisions are made out of habit rather than intention. Those who forget why they started something often lose sight of what truly matters to them, resulting in an existence that drifts along without much meaning or direction.

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

To shift from mere survival to meaningful living, it's essential to create and pursue goals with intention. Living with purpose doesn't have to involve grand achievements. Experts have found that having a sense of purpose is linked to better health, including reduced risk of cardiovascular diseases and improved mental well-being. Purpose doesn't need to come from a **monumental** task – it can arise from everyday actions like nurturing relationships, taking care of personal health, or contributing to the community.

At the end of the day, the choice between living and surviving comes down to presence and intention. Instead of following the same unthinking routine, we have the power to make conscious choices that reflect what matters most to us. **By embracing even the smallest goals, individuals can overcome the numbness of survival and experience life more fully.** As Viktor Frankl wisely said, "Life is never made unbearable by circumstances, but only by lack of meaning and purpose." A life of purpose is not just about surviving – it's about truly living.

(Adapted from health.harvard.edu)

Bạn đang Sống Hay Chỉ Đang Tồn Tại?

Hãy tưởng tượng bạn thức dậy mỗi ngày, chỉ để thấy thế giới cảm thấy hoàn toàn giống như ngày hôm trước. Lịch trình vẫn không thay đổi, và sự phấn khích của cuộc sống dường như đã tuột khỏi tay bạn. Cảm giác lặp đi lặp lại này là một cái bẫy phổ biến mà nhiều người mắc phải, khi họ không thực sự sống, mà chỉ đơn thuần là tồn tại. Nghiên cứu chỉ ra rằng khi các cá nhân rơi vào vòng lặp của sự đơn điệu, họ trải qua mức độ căng thẳng, không hài lòng và kiệt sức cao hơn. Mô hình này có thể làm tiêu hao năng lượng, khiến mọi người cảm thấy mất kết nối với niềm đam mê và mục đích của mình.

Theo thời gian, những lý do ban đầu để bắt đầu một con đường cụ thể có thể dễ dàng bị lãng quên. Ngọn lửa nhiệt huyết từng nuôi dưỡng tham vọng của con người có thể phai nhạt khi nghĩa vụ và trách nhiệm ngày càng tăng. Trên thực tế, các nghiên cứu trên Tạp chí Tâm lý học Tích cực tiết lộ rằng khi mọi người kết nối lại với lý do ban đầu họ đặt ra mục tiêu của mình, họ sẽ cảm thấy động lực và sự thỏa mãn tăng lên đáng kể. Việc thiếu suy ngẫm về mục đích của bản thân có thể dẫn đến một cuộc sống cảm thấy thụ động, như thể các quyết định được đưa ra theo thói quen chứ không phải có chủ đích. Những người quên lý do mình bắt đầu một điều gì đó thường đánh mất đi điều thực sự quan trọng với họ, dẫn đến một sự tồn tại trôi dạt mà không có nhiều ý nghĩa hoặc định hướng.

Để chuyển từ việc chỉ tồn tại sang sống có ý nghĩa, điều cần thiết là phải tạo ra và theo đuổi mục tiêu một cách có chủ đích. Sống có mục đích không nhất thiết phải liên quan đến những thành tựu vĩ đại. Các chuyên gia đã phát hiện ra rằng việc có cảm giác về mục đích có liên quan đến sức khỏe tốt hơn, bao gồm giảm nguy cơ mắc bệnh tim mạch và cải thiện sức khỏe tinh thần. Mục đích không cần phải đến từ một nhiệm vụ to lớn – nó có thể nảy sinh từ những hành động hàng ngày như nuôi dưỡng các mối quan hệ, chăm sóc sức khỏe cá nhân, hoặc đóng góp cho cộng đồng.

Cuối cùng, sự lựa chọn giữa sống và tồn tại nằm ở sự hiện diện và chủ đích. Thay vì tuân theo cùng một thói quen vô thức, chúng ta có khả năng đưa ra những lựa chọn có ý thức phản ánh điều quan trọng nhất đối với chúng ta. Bằng cách đón nhận ngay cả những mục tiêu nhỏ nhất, các cá nhân có thể vượt qua sự tê liệt của việc tồn tại và trải nghiệm cuộc sống trọn vẹn hơn. Như Viktor Frankl đã nói một cách khôn ngoan: “Cuộc sống không bao giờ trở nên không thể chịu đựng được bởi hoàn cảnh, mà chỉ bởi sự thiếu ý nghĩa và mục đích”. Một cuộc sống có mục đích không chỉ là về sự tồn tại – đó là về việc thực sự sống.

Question 31. The word “**they**” in paragraph 2 refers to _____.

A. people

B. reasons

C. goals

D. studies

Kiến thức: Từ quy chiếu

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

Từ **'they'** trong đoạn 2 đề cập đến _____

- A. con người
- B. lý do
- C. mục tiêu
- D. nghiên cứu

- Từ 'they' trong đoạn 2 đề cập đến 'people'.

Thông tin:

In fact, studies in the Journal of Positive Psychology reveal that when people reconnect with the reasons they initially set their goals, **they** experience a significant increase in motivation and fulfillment. (Trên thực tế, các nghiên cứu trên Tạp chí Tâm lý học Tích cực tiết lộ rằng khi mọi người kết nối lại với lý do ban đầu họ đặt ra mục tiêu của mình, họ trải qua sự gia tăng đáng kể về động lực và sự thỏa mãn.)

Chọn đáp án A

Question 32. Which of the following can be inferred from the passage?

- A. Research demonstrates the impact of living with purpose on lifespan.
- B. Small, consistent steps toward goals are more effective than taking large ones.
- C. It is impossible to regain motivation without taking small gradual steps.
- D. People should consciously choose actions that reflect their personal values.**

Kiến thức: Suy luận

Có thể suy ra điều nào sau đây từ bài đọc?

- A. Nghiên cứu cho thấy tác động của việc sống có mục đích đối với tuổi thọ.
- B. Những bước nhỏ và đều đặn hướng đến mục tiêu hiệu quả hơn những bước lớn.
- C. Không thể lấy lại động lực nếu không thực hiện các bước nhỏ dần.
- D. Mọi người nên có ý thức lựa chọn những hành động phản ánh giá trị cá nhân của họ.

Thông tin:

+ Experts have found that **having a sense of purpose is linked to better health, including reduced risk of cardiovascular diseases and improved mental well-being.** (Các chuyên gia đã phát hiện ra rằng việc có cảm giác về mục đích có liên quan đến sức khỏe tốt hơn, bao gồm giảm nguy cơ mắc bệnh tim mạch và cải thiện sức khỏe tinh thần.)

→ A sai ở 'lifespan' vì bài đọc chỉ đề cập đến việc giảm nguy cơ bệnh tim mạch và cải thiện sức khỏe tinh thần (better health), chứ không đề cập đến việc kéo dài tuổi thọ (lifespan).

+ **Purpose doesn't need to come from a monumental task** - it can arise from everyday actions like nurturing relationships, taking care of personal health, or contributing to the community. (Mục đích không cần phải đến từ một nhiệm vụ to lớn – nó có thể nảy sinh từ những hành động hàng ngày như nuôi dưỡng các mối quan hệ, chăm sóc sức khỏe cá nhân, hoặc đóng góp cho cộng đồng.)

B sai ở 'more effective than' vì bài đọc chỉ nói rằng mục đích sống không nhất thiết đến từ việc lớn, chứ không hề so sánh hiệu quả giữa bước nhỏ” và “bước lớn”.

+ In fact, studies in the Journal of Positive Psychology reveal that **when people reconnect with the reasons they initially set their goals, they experience a significant increase in motivation and fulfillment.** (Trên thực tế, các nghiên cứu trên Tạp chí Tâm lý học Tích cực tiết lộ rằng khi mọi người kết nối lại với lý do ban đầu họ đặt ra mục tiêu của mình, họ sẽ cảm thấy động lực và sự thỏa mãn tăng lên đáng kể.)

→ C sai ở 'impossible' vì bài đọc không hề khẳng định rằng việc lấy lại động lực là bất khả thi nếu thiếu các bước nhỏ; nó chỉ đưa ra các cách để tăng động lực (như suy ngẫm về mục đích ban đầu) và cho thấy các mục tiêu nhỏ là một con đường để sống có mục đích.

+ **Instead of following the same unthinking routine, we have the power to make conscious choices that reflect what matters most to us.** (Thay vì tuân theo cùng một thói quen vô thức, chúng ta có khả năng đưa ra những lựa chọn có ý thức phản ánh điều quan trọng nhất đối với chúng ta.)

D có thể suy ra từ thông tin này.

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

Chọn đáp án D

Question 33. The word “**monumental**” in paragraph 3 is **OPPOSITE** in meaning to _____.

- A. indispensable **B. insignificant** C. undesirable D. inconsiderate

Từ '**monumental**' trong đoạn 3 **TRÁI NGHĨA** với _____

- A. indispensable (adj): không thể thiếu
B. insignificant(adj): không quan trọng
C. undesirable (adj): không mong muốn
D. inconsiderate (adj): thiếu chu đáo
monumental(adj): to lớn >< insignificant

Thông tin:

*Purpose doesn't need to come from a **monumental** task it can arise from everyday actions like nurturing relationships, taking care of personal health, or contributing to the community. (Mục đích không cần phải đến từ một nhiệm vụ to lớn nó có thể nảy sinh từ những hành động hàng ngày như nuôi dưỡng các mối quan hệ, chăm sóc sức khỏe cá nhân, hoặc đóng góp cho cộng đồng.)*

Chọn đáp án B

Question 34. Which of the following is **TRUE** according to the passage?

- A. Having a social status contributes to living a purposeful life.
B. Purpose doesn't always have to come from big achievements.
C. People should not aim for monumental tasks to find purpose.
D. A sense of monotony may provide a strong sense of purpose.

Kiến thức: TRUE/NOT TRUE/NOT MENTIONED

Câu nào sau đây là ĐÚNG theo nội dung của bài đọc?

- A. Có địa vị xã hội giúp con người sống có mục đích.
B. Mục đích sống không nhất thiết phải đến từ những thành tựu lớn.
C. Mọi người không nên nhắm tới các nhiệm vụ lớn để tìm thấy mục đích.
D. Cảm giác đơn điệu có thể mang lại một cảm giác mục đích mạnh mẽ.

Thông tin:

+ **Purpose doesn't need to come from a monumental task - it can arise from everyday actions like nurturing relationships, taking care of personal health, or contributing to the community.** (Mục đích không cần phải đến từ một nhiệm vụ to lớn – nó có thể nảy sinh từ những hành động hàng ngày như nuôi dưỡng các mối quan hệ, chăm sóc sức khỏe cá nhân, hoặc đóng góp cho cộng đồng.)

→ A sai ở 'a social status' vì bài đọc không nói gì về địa vị xã hội, mà nhấn mạnh những hành động đơn giản, hàng ngày.

+ **Living with purpose doesn't have to involve grand achievements... Purpose doesn't need to come from a monumental task it can arise from everyday actions like nurturing relationships, taking care of personal health, or contributing to the community.** (Sống có mục đích không nhất thiết phải liên quan đến những thành tựu vĩ đại... Mục đích không cần phải đến từ một nhiệm vụ to lớn – nó có thể nảy sinh từ những hành động hàng ngày như nuôi dưỡng các mối quan hệ, chăm sóc sức khỏe cá nhân, hoặc đóng góp cho cộng đồng.)

→ B đúng.

→ C sai ở 'should not aim' vì bài đọc chỉ nói rằng mục đích không cần thiết (doesn't need to - nghĩa là có thể có hoặc không), chứ không cấm hay khuyên 'không nên đặt mục tiêu lớn.

+ **Research indicates that when individuals fall into a cycle of monotony, they experience higher levels of stress, dissatisfaction, and burnout.** (Nghiên cứu chỉ ra rằng khi các cá nhân rơi vào vòng lặp của sự đơn điệu, họ trải qua mức độ căng thẳng, không hài lòng và kiệt sức cao hơn.)

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

D sai ở 'provide a strong sense of purpose' vì trái ngược với 'experience higher levels of stress, dissatisfaction, and burnout (trải qua mức độ căng thẳng, không hài lòng và kiệt sức cao hơn) được đề cập trong bài đọc.

Chọn đáp án B

Question 35. Where in paragraph 1 does the following sentence best fit?

“This sense of repetitiveness is a common trap many people fall into, where they aren't really living, they're simply surviving.”

A. [II]

B. [IV]

C. [I]

D. [III]

Kiến thức: Chèn câu

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

Cảm giác lặp đi lặp lại này là một cái bẫy phổ biến mà nhiều người mắc phải, khi họ không thực sự sống, mà chỉ đơn thuần là tồn tại.

A. (II)

B. (IV)

C. (I)

D. (III)

Vị trí (II) hợp lý nhất vì câu chèn đóng vai trò câu nối giữa việc mô tả tình trạng: cuộc sống đơn điệu, không thay đổi của câu trước và việc đưa ra bằng chứng nghiên cứu về tác hại của sự đơn điệu được đề cập ở câu sau.

Thông tin:

The routine is unchanging, and the excitement of life seems to have slipped through your fingers. This sense of repetitiveness is a common trap many people fall into, where they aren't really living, they're simply surviving. Research indicates that when individuals fall into a cycle of monotony, they experience higher levels of stress, dissatisfaction, and burnout. (Lịch trình vẫn không thay đổi, và sự phấn khích của cuộc sống dường như đã tuột khỏi tay bạn. Cảm giác lặp đi lặp lại này là một cái bẫy phổ biến mà nhiều người mắc phải, khi họ không thực sự sống, mà chỉ đơn thuần là tồn tại. Nghiên cứu chỉ ra rằng khi các cá nhân rơi vào vòng lặp của sự đơn điệu, họ trải qua mức độ căng thẳng, không hài lòng và kiệt sức cao hơn.)

Chọn đáp án A

Question 36. Which of the following best paraphrases the underlined sentence in paragraph 3?

“By embracing even the smallest goals, individuals can overcome the numbness of survival and experience life more fully.”

A. Embracing bigger challenges doesn't mean that people can live with purpose.

B. Focusing on short-term tasks helps people feel more connected to other people.

C. The key to living lies in achieving goals helping people overcome survival mode.

D. By setting achievable goals, people can escape the feeling of merely existing.

Kiến thức: Paraphrasing

Câu nào sau đây diễn giải đúng nhất câu được gạch chân trong đoạn 3?

Bằng cách đón nhận ngay cả những mục tiêu nhỏ nhất, các cá nhân có thể vượt qua sự tê liệt của việc tồn tại và trải nghiệm cuộc sống trọn vẹn hơn.

A. Đón nhận những thử thách lớn hơn không có nghĩa là con người có thể sống có mục đích. - Sai vì câu gốc nói về mục tiêu nhỏ, không phải phủ nhận các thử thách lớn.

B. Tập trung vào các nhiệm vụ ngắn hạn giúp con người cảm thấy gắn kết hơn với người khác. - Sai vì câu gốc không đề cập 'feel more connected to other people'.

C. Chìa khóa để sống là đạt được các mục tiêu giúp con người vượt qua trạng thái chỉ tồn tại. - Sai vì câu gốc nói embracing even the smallest goals (đón nhận mục tiêu nhỏ), chứ không phải 'achieving goals' (đạt được mục tiêu).

D. Bằng cách đặt ra các mục tiêu có thể đạt được, mọi người có thể thoát khỏi cảm giác chỉ đơn thuần là tồn tại. - Diễn đạt đúng nhất nghĩa của câu gốc.

Chọn đáp án D

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

Question 37. Which of the following best summaries the passage?

- A. To live with purpose, individuals must move beyond routine tasks and seek both small and significant achievements, which contribute to better health, motivation, and a sense of direction.
- B. Living with purpose does not necessarily require monumental achievements and avoiding any form of routine to maintain motivation and improve mental health.
- C. A life of purpose can be achieved through intentional actions, whether small or large, fostering personal growth, better health, and a deeper sense of fulfillment, in contrast to mere survival.
- D. Focusing on small, consistent goals instead of monumental ones can contribute to combating monotony and bringing fulfillment, leading to better health and well-being.

Kiến thức: Tóm tắt bài đọc

Câu nào sau đây tóm tắt đúng nhất nội dung của toàn bài?

A. Để sống có mục đích, các cá nhân phải vượt ra ngoài các nhiệm vụ thường nhật và tìm kiếm cả thành tựu nhỏ lẫn lớn, điều này góp phần vào sức khỏe tốt hơn, động lực và cảm giác định hướng. Sai ở 'must move beyond routine tasks' vì bài đọc không nói phải tránh mọi thói quen hoặc công việc thường nhật, mà chỉ khuyên làm mọi việc một cách có ý thức và có mục đích. Ngoài ra, bài chỉ nói 'purpose can come from small everyday actions', không nhấn mạnh phải tìm cả hai loại thành tựu.

B. Sống có mục đích không nhất thiết đòi hỏi thành tựu to lớn và tránh mọi hình thức lặp lại để duy trì động lực và cải thiện sức khỏe tinh thần. - Sai ở 'avoiding any form of routine' vì bài chỉ nói rằng đừng sống trong thói quen vô thức, chứ không khuyên phải tránh mọi thói quen.

C. Một cuộc sống có mục đích có thể đạt được thông qua những hành động có chủ đích, dù nhỏ hay lớn, giúp phát triển bản thân, cải thiện sức khỏe và mang lại cảm giác trọn vẹn sâu sắc, trái ngược với việc chỉ tồn tại. - Đúng, tóm tắt đầy đủ ý của bài đọc.

D. Tập trung vào các mục tiêu nhỏ, nhất quán thay vì những mục tiêu to lớn có thể góp phần chống lại sự đơn điệu và mang lại sự mãn nguyện, dẫn đến sức khỏe và hạnh phúc tốt hơn. - Sai vì câu này thiếu khái niệm quan trọng về sự có chủ đích (intention) và sự tương phản giữa 'sống' và 'tồn tại'.

Tóm tắt:

Bài đọc phân biệt giữa sống có mục đích và tồn tại trong sự đơn điệu. Sống vô định, thiếu suy ngẫm về mục đích ban đầu, dẫn đến mất động lực và kiệt sức. Để có cuộc sống ý nghĩa, ta cần hành động có chủ ý và đặt mục tiêu, dù nhỏ hay lớn. Việc này mang lại sự mãn nguyện, sức khỏe tốt hơn, và giúp ta vượt qua sự tẻ nhạt của việc tồn tại.

Chọn đáp án C

Question 38. According to the passage, which of the following is **NOT** mentioned as a way to create and pursue purpose?

- A. accomplishing planned feats
- B. building meaningful connections
- C. giving back to the community
- D. focusing on personal well-being

Kiến thức: Tìm thông tin không có trong đoạn

Theo bài đọc, điều nào sau đây **KHÔNG** được đề cập đến như một cách để tạo ra và theo đuổi mục đích?

- A. hoàn thành các mục tiêu đã định
- B. xây dựng các mối quan hệ có ý nghĩa
- C. cống hiến cho cộng đồng
- D. tập trung vào sức khỏe cá nhân

Thông tin:

Purpose doesn't need to come from a monumental task it can arise from everyday actions like **nurturing relationships, taking care of personal health, or contributing to the community.** (Mục đích không cần phải đến từ một nhiệm vụ to lớn – nó có thể nảy sinh từ những hành động hàng ngày như nuôi dưỡng các mối quan hệ, chăm sóc sức khỏe cá nhân, hoặc đóng góp cho cộng đồng.)

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

→ B, C, D được đề cập.

- A không được đề cập.

Chọn đáp án A

Question 39. The phrase “**take over**” in paragraph 2 could be best replaced by _____.

A. overwhelm their lives

B. alleviate their responsibilities

C. attract their attention

D. surpass their expectations

Kiến thức: Từ vựng đồng nghĩa theo ngữ cảnh bài đọc

Cụm từ 'take over' trong đoạn 2 có thể được thay thế tốt nhất bằng

A. làm quá tải cuộc sống của họ

B. giảm bớt trách nhiệm của họ

C. thu hút sự chú ý của họ

D. vượt quá mong đợi của họ

- take over: đảm nhận, tiếp quản = overwhelm their lives

Thông tin:

The spark of enthusiasm that once fueled people's ambitions might fade as obligations and responsibilities **take over**. (Ngọn lửa nhiệt huyết từng nuôi dưỡng tham vọng của con người có thể phai nhạt khi nghĩa vụ và trách nhiệm ngày càng tăng.)

Chọn đáp án A

Question 40. Which of the following best summarizes paragraph 2?

A. The lack of reflection on one's purpose can contribute to the loss of motivation, making life feel routine and directionless.

B. A passive life can stem from forgetting one's initial reasons for setting goals, causing decisions to be made without intention.

C. As people continue along their paths, their motivations may not evolve over time, leading to a passive existence.

D. People often tend to forget the reasons they set their goals, which results in a lack of motivation and fulfillment.

Kiến thức: Tóm tắt nội dung đoạn trong bài đọc

Câu nào sau đây tóm tắt tốt nhất đoạn 2?

A. Việc thiếu suy nghĩ về mục đích sống có thể làm mất động lực, khiến cuộc sống trở nên lặp lại và vô định. - Sai vì đoạn văn tập trung vào việc cuộc sống trở nên thụ động (passive), “thiếu chủ đích” (without intention) và trôi dạt không có phương hướng (drifts without direction), chứ không nhắc lại 'sự đơn điệu.

B. Một cuộc sống thụ động có thể bắt nguồn từ việc quên đi lý do ban đầu khi đặt mục tiêu, khiến các quyết định được đưa ra mà không có sự chủ động. Đúng, tóm tắt đầy đủ ý của đoạn văn.

C. Khi con người tiếp tục con đường của mình, động lực của họ có thể không phát triển theo thời gian, dẫn đến cuộc sống thụ động. - Sai vì đoạn văn không nói rằng động lực “không phát triển” (‘may not evolve’), mà nói rằng động lực bị mất đi hoặc mờ nhạt vì con người quên lý do ban đầu.

D. Con người thường quên lý do họ đặt mục tiêu, dẫn đến thiếu động lực và cảm giác thỏa mãn. - Sai vì chưa bao quát hết nội dung đoạn (thiếu phần nói về “passive life” và những quyết định được đưa ra do thói quen thay vì có chủ đích).

Tóm tắt:

Theo thời gian, con người dễ quên lý do bắt đầu một mục tiêu, khiến niềm đam mê ban đầu phai nhạt dưới áp lực trách nhiệm. Việc kết nối lại với mục tiêu ban đầu giúp tăng động lực và sự thỏa mãn. Thiếu suy nghĩ về mục đích sống dẫn đến cuộc sống thụ động, mất định hướng và thiếu ý nghĩa.

Chọn đáp án B

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

BẢNG TỪ VỰNG

STT	Từ vựng	Nghĩa	Từ loại	Phiên âm	Cấp độ	Từ đồng nghĩa	Từ trái nghĩa
1	accomplish	hoàn thành, đạt được	v	/ə'kʌmplɪʃ/	B2	achieve, complete	
2	ambition	tham vọng	n	/æm'bɪʃən/	B1		
3	anticipation	sự chờ đợi, dự đoán	n	/æn'tɪsɪ'peɪʃən/	C2	expectation	
4	chronically	một cách kinh niên, mãn tính	adv	/'krɒnɪkli/	B2	acutely	
5	civilization civilisation	nền văn minh	n	/,sɪvɪlaɪ'zeɪʃən/	B2		
6	cleanliness	sự sạch sẽ	n	/'klenlɪnəs/	B1	hygiene, tidiness	dirtiness, filth
7	conscious	có ý thức, tỉnh táo	adj	/'kɒnʃəs/	B2	aware	unconscious, unaware
8	crisis	cuộc khủng hoảng	n	/'kraɪsɪs/	B2		
9	demonstrate	chứng minh, thể hiện	v	/'demənstreɪt/	B2		
10	diminish	giảm bớt, thu nhỏ	v	/dɪ'mɪnɪʃ/	C1	reduce, decrease, lessen	increase, expand
11	directionless	không định hướng	adj	/daɪ'rekʃnləs/ /də'rekʃnləs/	B2		
12	disconnected	bị tách rời, không liên kết	adj	/,dɪskə'nektɪd/	B2	detached, isolated	connected
13	disrupt	phá vỡ, làm gián đoạn	v	/dɪs'rʌpt/	C1	disturb, interrupt	
14	dissatisfaction	sự không hài lòng	n	/dɪs,sætɪs'fækʃən/	B2	discontent, displeasure	satisfaction, contentment
15	drain	làm cạn kiệt, tiêu hao	v	/dreɪn/	C1		
16	dramatically	một cách đáng kể	adv	/drə'mætrɪkli/	B2	significantly, considerably	
17	elaborate	tỉ mỉ, chi tiết	adj	/ɪ'læbərət/	C1	detailed, intricate	simple, basic
18	fulfillment	sự hoàn thành, thỏa mãn	n	/fʊl'fɪlmənt/	B2	satisfaction, achievement	
19	grand	lớn, vĩ đại	adj	/grænd/	B2	magnificent	small
20	handwashing	rửa tay	n	/'hænd,wɒʃɪŋ/	B2		
21	hazard	nguy hiểm, rủi ro	n	/'hæzəd/	C1	danger, risk, peril	safety, security

Giaodethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

22	inconsiderate	thiếu chu đáo	adj	/,ɪnkən'sɪdərət/	C1	thoughtless	considerate, thoughtful
23	indicate	chỉ ra, cho thấy	v	/'ɪndɪkeɪt/	B1	show, demonstrate	
24	indispensable	không thể thiếu	adj	/,ɪndɪ'spensəbəl/	C2	essential, necessary, vital	unnecessary, optional, dispensable
25	infection	sự nhiễm trùng	n	/ɪn'fekʃən/	B2		
26	insignificant	không quan trọng	adj	/'ɪnsɪg'nɪfɪkənt/	C1	trivial, minor	important, significant
27	insomnia	chứng mất ngủ	n	/ɪn'sɒmniə/	B2	sleeplessness	
28	monotony	sự đơn điệu	n	/mə'nɒtəni/	B2	dullness, sameness, routine	variety, diversity
29	monumental	to lớn, vĩ đại	adj	/'mɔ:njə'mentəl/	B2	massive, enormous, huge, major	minor, insignificant
30	numbness	cảm giác tê liệt	n	/'nʌmnəs/	B2		
31	obligation	nghĩa vụ	n	/'ɒblɪ'geɪʃən/	B2	duty, responsibility	
32	perfume	nước hoa	n	/pə'fju:m/	A2	fragrance, scent, aroma	odor, stench
33	persistent	kiên trì, bền bỉ	adj	/pə'sɪstənt/	C1	determined, tenacious	inconsistent
34	prehistoric	thời tiền sử	adj	/'pri:hɪ'stɔrɪk/	B2		
35	prominent	nổi bật, quan trọng	adj	/'prɒmɪnənt/	C1	important, notable	
36	reflection	sự suy ngẫm, phản ánh	n	/'rɪ'flekʃən/	C1	contemplation	
37	repetitiveness	tính lặp đi lặp lại	n	/'rɪ'pɛtɪvɪnəs/	B2	monotony	variety, diversity

Giaodethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

38	reveal	tiết lộ, bộc lộ	v	/rɪ'vi:l/	B2	disclose, uncover, unveil	conceal, hide
39	sanitation	vệ sinh	n	/,sæni'teɪʃən/	B2	hygiene, cleanliness	filth
40	sophisticated	tinh vi, phức tạp	adj	/sə'fɪstɪkətɪd/	B2	complex	simple, unsophisticated
41	sterilization sterilisation	sự tiệt trùng	n	/,sterəlaɪ'zeɪʃən/	B2		
42	tendency	khuynh hướng, xu hướng	n	/'tendənsi/	B2	inclination	
43	therapy	liệu pháp, phương pháp điều trị	n	/'θerəpi/	B2		
44	unbearable	không thể chịu nổi	adj	/ʌn'beərəbl/	B2	intolerable, insufferable	tolerable, bearable
45	underestimate	đánh giá thấp	v	/,ʌndər'estɪmeɪt/	B2	undervalue	overestimate
46	undesirable	không mong muốn	adj	/,ʌndɪ'zɑɪərəbəl/	B2		desirable
47	unsanitary	không hợp vệ sinh	adj	/ʌn'sænɪtəri/	B2		sanitary

BẢNG CẤU TRÚC

STT	Cấu trúc	Nghĩa
1	bring up	đề cập, nuôi dưỡng
2	continue to do something	tiếp tục làm gì
3	contribute to something	đóng góp vào cái gì
4	lose sight of something	mất phương hướng, quên mất điều gì quan trọng
5	pressure on something	áp lực lên cái gì
6	put up	dựng lên, chịu đựng
7	rely on	dựa vào, tin cậy vào

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!

8	run away	chạy trốn
9	struggle to do something	đấu tranh, cố gắng làm gì
10	take over	đảm nhận, tiếp quản

Giaoandethitienganh.info có rất nhiều tài liệu tiếng anh file word hay, chất lượng, để tải thêm rất nhiều tài liệu hay khác, mời bạn đăng ký tài khoản (chỉ 100k/ năm) để chủ động hoàn toàn việc tải tài liệu bất cứ lúc nào bạn cần!