

ĐỀ THI GIỮA HỌC KÌ 2 – ĐỀ SỐ 2

MÔN: TIẾNG ANH 12 FRIENDS GLOBAL

BIÊN SOẠN: BAN CHUYÊN MÔN LOIGIAIHAY.COM

PART 1. LISTENING

People are talking about ways to relieve stress and other health problems. What activities do they suggest? Choose the correct answers.

Tải audio [tại đây](#)

1.

A. meditation

B. massage

C. yoga

2.

A. aromatherapy

B. a hot bath

C. herbal tea

3.

A. massage

B. yoga

C. exercise

4.

A. exercise

B. sleep

C. vacation

Look at the statements below. Choose True or False for each statement.

Tải audio [tại đây](#)

5. The blotches are all over Sharon's body.

A. True

B. False

6. She noticed them two weeks ago.

A. True

B. False

7. It's caused by an allergic reaction to her cat.

A. True

B. False

8. He expects both problems to clear up quickly.

A. True

B. False

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.

While the Myers – Briggs Type Indicator (MBTI) is a popular personality test, it has several drawbacks. First, the test can be overly simplistic. It puts people into one of 16 types, but real personalities are more complex. This can (9)_____ to a narrow view of someone’s character. (10)_____ issue is that the test lacks scientific backing. Researchers often criticize MBTI for not being reliable. (11) _____, a person might get different results if they take the test on different days. This inconsistency makes it hard to trust the results. Additionally, MBTI doesn’t (12)_____ for changes over time. People can grow and change, but the test doesn’t reflect this. It’s like being stuck in a box that doesn’t fit anymore. Some people also feel pigeonholed by their MBTI type. They might believe they can only act in certain ways, which limits their potential. Instead of seeing the big picture, they focus too much on fitting their type. Lastly, MBTI can be expensive. Many detailed tests and reports cost money, which not everyone can (13)_____. This makes it harder for people to access and benefit from the test. In a (14)_____, while MBTI can be useful, it’s important to remember its limitations. Use it as a guide, but don’t let it dictate your life.

9.

A. lead

B. point

C. cause

D. result

10.

A. Another

B. Other

C. The other

D. Others

11.

A. For example

B. However

C. Therefore

D. Otherwise

12.

A. explain

B. account

C. call

D. work

13.

- A. pay
- B. afford
- C. earn
- D. have

14.

- A. nutshell
- B. conclusion
- C. brief
- D. sentence

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.

The future of careers is evolving swiftly, (15) _____ by technological advancements and shifting societal needs. Fields like artificial intelligence, (16) _____ energy, and biotechnology are on the rise, promising exciting opportunities. Key (17) _____ such as critical thinking and digital literacy are becoming essential. Remote work and gig jobs are providing new levels of flexibility, while careers focused (18) _____ sustainability are gaining traction. As automation expands, roles that emphasize creativity and (19) _____ intelligence will thrive. Embracing lifelong learning and leveraging technology are crucial for navigating these dynamic career paths successfully. It's an exciting time to (20) _____ for the jobs of tomorrow!

15.

- A. influence
- B. to influence
- C. influencing
- D. influenced

16.

- A. renewal
- B. renewed
- C. renewing
- D. renewable

17.

- A. talents
- B. services
- C. skills
- D. aids

18.

- A. on

B. in

C. at

D. to

19.

A. emotive

B. emotional

C. sensational

D. mental

20.

A. equip

B. fix

C. take

D. prepare

Read the following passage about choosing a college major and mark the letter A, B, C or D to indicate the option that best fits each of the numbered blanks.

According to some estimates, 30% of undergraduates change their major at least once. So, what should students do when (21) _____ which major to pursue at college?

(22) _____. When making a career plan, reflect on your beliefs about work, your interest in various academic subjects and your abilities. Surveys repeatedly show that students (23) _____ are more likely to stick with their majors, while those who don't tend to get disoriented and lose motivation quite quickly.

College students sometimes drop out of their selected majors (24) _____. To avoid this outcome, it is important to do your research about the job that you are interested in pursuing, as well as any related career tracks. Ask yourself which aspects of the job you could see yourself enjoying, and the parts of the job that you think you might dislike.

Students who were at the top of their class may be particularly shocked when they receive their first low grade on an exam. Negative feedback from college advisors and instructors can also influence a student's choice to switch out of their major. (25) _____. More importantly, prepare yourself for the inevitable academic challenges that await you in whichever major you choose.

(Adapted from: <https://theconversation.com/3-strategies-to-help-college-students-pick-the-right-major-the-first-time-around-and-avoid-some-big-hassles-236208>)

21.

A. putting their minds to

B. making up their minds about

C. broadening their minds about

D. occupying their minds with

22.

- A. What major you choose to pursue at college will determine the level of career success you will have in the future
- B. Students should have a clear understanding of their strengths and weaknesses before making a career plan
- C. Creating a study plan for your college years is an important step to ensure your success in the academic major you choose
- D. One way to increase the odds of choosing the right college major is to match it with your future career choice

23.

- A. who skip this step of career planning
- B. who fail to reflect on their career choices
- C. who care little about the future
- D. who look ahead to their careers

24.

- A. because they become disillusioned with the subject area they picked
- B. because they are distracted by tempting non-academic activities
- C. because they become excessively confident about their own abilities
- D. because they are overwhelmed with the related job opportunities

25.

- A. In the face of these obstacles, ask yourself whether it is worth sticking it out until the end of the major program
- B. These difficulties are unavoidable; so instead of giving up, you should stand up for yourself by challenging authority
- C. If these challenges happen, consider other majors that set lower standards so that you can complete them on time
- D. When facing these setbacks, be steadfast and re-examine what drove you to pick the major in the first place

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

Graduation is a significant milestone that marks the end of an educational journey and the beginning of a new chapter in life. As graduates step into the real world, they are faced with the daunting task of choosing a career path. This decision is influenced by various factors, including personal interests, skills, job market trends, and financial considerations. It is crucial for graduates to carefully evaluate their options and make informed decisions to ensure long-term success and satisfaction.

One important factor to consider when choosing a career is personal interests. Graduates should identify fields that align with their passions and hobbies, as this can lead to a more fulfilling and enjoyable career.

Additionally, skills and strengths play a vital role in career choice. Understanding one's abilities and how they can be applied in different professions can help graduates **narrow down** their options and choose a career that suits them best.

Another key consideration is the job market. Researching current job market trends and future projections can provide valuable insights into which industries are growing and which ones may decline. This information can help graduates make strategic decisions and choose careers with good job prospects and stability. Financial considerations, such as salary potential and job benefits, are also important factors to take into account.

Networking and gaining practical experience through internships or part-time jobs can significantly impact career choice. **Building a professional network and gaining hands-on experience can provide graduates with valuable connections and insights into different industries.** This can help them make more informed decisions and increase **their** chances of success in their chosen career.

While the process of choosing a career can be challenging, it is important for graduates to remain flexible and open to new opportunities. The job market is constantly evolving, and being adaptable can help them navigate changes and seize new prospects. With careful planning and a proactive approach, graduates can find a career that aligns with their goals and aspirations.

26. Which of the following is NOT mentioned as a factor influencing career choice?

- A. Personal interests
- B. Job location
- C. Skills
- D. Financial considerations

27. The word "**daunting**" in paragraph 1 is closest in meaning to _____.

- A. easy
- B. intimidating
- C. familiar
- D. encouraging

28. The word "**their**" in paragraph 4 refers to _____.

- A. personal interests
- B. graduates
- C. job market trends
- D. future projections

29. The word "**narrow down**" in paragraph 2 could be best replaced by _____.

- A. expand
- B. limit
- C. ignore
- D. overlook

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

- A. Graduates should avoid gaining practical experience.
- B. Networking and internships are not valuable for career choice.
- C. Practical experience and networking can significantly influence career decisions.
- D. Graduates should focus solely on academic achievements.

31. Which of the following is TRUE according to the passage?

- A. Personal interests should not influence career choice.
- B. The job market is irrelevant to career decisions.
- C. Financial considerations are important in choosing a career.
- D. Networking has no impact on career choice.

32. In which paragraph does the writer mention the importance of adaptability in choosing a career?

- A. Paragraph 1
- B. Paragraph 2
- C. Paragraph 3
- D. Paragraph 5

33. In which paragraph does the writer discuss the role of skills in career choice?

- A. Paragraph 1
- B. Paragraph 2
- C. Paragraph 4
- D. Paragraph 5

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.

34.

- a. Tom: Hi, Anna! Yeah, I've been going to the gym regularly.
- b. Anna: Hi, Tom! Have you been working out? You look great!
- c. Anna: It shows! Keep it up, you're doing awesome!

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

35.

- a. Lucy: Great! Graphic design is such a creative field.
- b. Mark: I'm thinking about switching my career to graphic design.
- c. Lucy: That's an interesting choice! Have you taken any courses?
- d. Mark: Yes, I've started some online classes to build my skills.
- e. Mark: I know, and I'm really excited to learn more about it.

- A. b – a – d – c – e

B. a - c - b - d - e

C. b - c - d - a - e

D. a - d - c - b - e

36.

a. Ms Lan, can you explain the concept of "teamwork skills" for?

b. Oh, I see. Thank you for your explanation!

c. Well, it means working well with other people to get things done.

A. b - a - c

B. c - a - b

C. a - c - b

D. a - b - c

37.

Dear Mai,

a. It's a big change for me, and I'm both nervous and excited about starting this new chapter.

b. I wanted to share some exciting news about my career with you.

c. After months of searching, I finally got a new job as a project manager!

d. The position is with MCB Company, and it's a great opportunity to work on projects that really interest me.

e. I'd love to catch up soon and hear about what's new with you.

Best wishes,

Nam

A. c - d - e - a - b

B. c - a - b - e - d

C. b - d - c - a - e

D. b - c - a - d - e

38.

Hi Ben,

a. I feel much stronger and more energized.

b. I've been following the workout routine you recommended, and it's been amazing!

c. The exercises are challenging but effective.

d. Thanks again for helping me get started on this journey!

e. I appreciate your advice on staying consistent.

Best,

Michael

A. b - a - d - e - c

B. a - d - c - b - e

C. a - b - d - c - e

D. b - a - c - e - d

39.

- There are several main types of CVs that people use when applying for jobs.
- This type is good if you have a strong work history without gaps.
- Another type is the functional CV, which focuses more on your skills and experience instead of when you worked.
- Lastly, there is the combination CV that mixes both formats, highlighting your skills and your work history. This type can be very effective if you have specific skills and a solid work history.
- The first type is the chronological CV, which lists your work history in order, starting with the most recent job.
- This is helpful if you are changing careers or have gaps in your employment.

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

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

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

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

40.

- However, refined sugar is unhealthy and is often added to processed foods to enhance flavor.
- Refined sugar lacks nutritional value, providing only "empty" calories, and unlike natural sugars in fruit, it contains no fiber, making it easy to overconsume.
- Additionally, consuming too much sugar contributes to childhood tooth decay and increases the risk of diabetes later in life.
- Naturally occurring sugars, such as those found in fruit, are generally considered healthy.
- As a result, excess calories can lead to weight gain.
- Surprisingly, this "hidden" sugar is present in many savory foods like bread, canned vegetables, and sauces.

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

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

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

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

----- THE END -----

HƯỚNG DẪN GIẢI

Thực hiện: Ban chuyên môn Loigiaihay.com

1. A	6. A	11. A	16. D	21. B	26. B	31. C	36. C
2. C	7. B	12. B	17. C	22. C	27. B	32. D	37. D
3. B	8. A	13. B	18. A	23. D	28. B	33. B	38. D
4. A	9. A	14. A	19. B	24. A	29. B	34. B	39. C
5. B	10. A	15. D	20. D	25. D	30. C	35. C	40. B

HƯỚNG DẪN GIẢI CHI TIẾT

Bài nghe 1

1.

Man: Hi, Olivia. How are you doing?**Olivia:** Oh, not too well. I'm so stressed out from work.**Man:** You really need to relax. Why don't you try meditation? Just an hour a day can really help.**Olivia:** I can't do that! I don't have time!

2.

Woman: Are you OK, Andy?**Andy:** Actually, I have a headache.**Woman:** Oh, let me make you a hot cup of tea.**Andy:** For a headache?**Woman:** Yes. It's a special type of herbal tea.**Andy:** Thanks, but I really don't want any. I'll just take an aspirin.

3.

Man: Oh, my hand hurts from working on the computer all day.**Woman:** You know, when your hand hurts, it often means you have a stiff shoulder. Here, try this stretch.**Man:** Hey, that does help! Where did you learn that?**Woman:** In my yoga class. You know, I have class tomorrow morning. You should come with me.**Man:** OK. Can you pick me up on your way to class?**Woman:** Definitely!

4.

Woman: I don't know why I feel so tired all the time.**Man:** You probably don't get enough exercise.**Woman:** I don't get any exercise.**Man:** Well, that's your problem. Why don't you join a gym?**Woman:** I don't have the energy to go to the gym after working all day.**Man:** But, if you exercised regularly, you'd have more energy.**Woman:** That's true. All right. I'll stop by that new gym on my way home tonight.

Tam dich

1.

Người đàn ông: Chào Olivia. Đạo này bạn thế nào?

Olivia: Ô, không tốt lắm. Mình căng thẳng quá vì công việc.

Người đàn ông: Bạn thật sự cần thư giãn. Sao bạn không thử thiền? Chỉ cần một giờ mỗi ngày thôi là có thể giúp ích rất nhiều.

Olivia: Mình không thể làm được! Mình không có thời gian!

2.

Người phụ nữ: Andy, bạn ổn không?

Andy: Thật ra, mình đang bị đau đầu.

Người phụ nữ: Ô, để mình pha cho bạn một tách trà nóng.

Andy: Cho con đau đầu á?

Người phụ nữ: Đúng vậy. Đây là một loại trà thảo mộc đặc biệt.

Andy: Cảm ơn, nhưng mình không muốn đâu. Mình chỉ cần uống một viên aspirin thôi.

3.

Người đàn ông: Ô, tay mình đau quá vì làm việc với máy tính cả ngày.

Người phụ nữ: Bạn biết không, khi tay bạn đau, thường có nghĩa là vai bạn bị căng cứng. Đây, thử bài tập này đi.

Người đàn ông: Này, đúng là có tác dụng thật! Bạn học điều này ở đâu vậy?

Người phụ nữ: Ở lớp yoga của mình. Bạn biết không, sáng mai mình có lớp đấy. Bạn nên đi cùng mình.

Người đàn ông: Được thôi. Bạn có thể ghé qua đón mình trên đường đến lớp không?

Người phụ nữ: Chắc chắn rồi!

4.

Người phụ nữ: Mình không biết tại sao lúc nào cũng cảm thấy mệt mỏi thế này.

Người đàn ông: Có lẽ bạn không tập thể dục đủ.

Người phụ nữ: Mình chẳng tập thể dục chút nào.

Người đàn ông: Vậy thì đó chính là vấn đề của bạn. Sao bạn không tham gia một phòng gym?

Người phụ nữ: Mình không có năng lượng để đến phòng gym sau một ngày làm việc mệt mỏi.

Người đàn ông: Nhưng nếu bạn tập thể dục thường xuyên, bạn sẽ có nhiều năng lượng hơn.

Người phụ nữ: Đúng thế. Được rồi. Tối nay mình sẽ ghé qua phòng gym mới trên đường về nhà.

Phương pháp chung:

- Đọc câu đề bài và hiểu yêu cầu và chọn gợi ý phù hợp cho từng câu tương ứng từng đoạn hội thoại.
- Nghe các đoạn hội thoại và chú ý những đoạn thông tin có chứa từ khóa.
- So sánh thông tin trong bài nghe với nội dung cần tìm dựa vào sự tương quan về nghĩa để chọn đáp thích hợp nhất.

1. A

A. meditation

(thiền)

B. massage

(mát-xa)

C. yoga

(yoga)

Thông tin: Why don't you try meditation? Just an hour a day can really help.

(Tại sao bạn không thử thiền? Chỉ một giờ mỗi ngày thực sự có thể giúp ích.)

Chọn A

2. C

A. aromatherapy

(hương liệu)

B. a hot bath

(tắm nước nóng)

C. herbal tea

(trà thảo mộc)

Thông tin: let me make you a hot cup of tea... It's a special type of herbal tea.

(để tôi pha cho bạn một tách trà nóng... Đó là một loại trà thảo mộc đặc biệt.)

Chọn C

3. B

A. massage

(mát-xa)

B. yoga

(yoga)

C. exercise

(thể dục)

Thông tin: In my yoga class. You know, I have class tomorrow morning. You should come with me.

(Trong lớp yoga của tôi. Bạn biết đấy, sáng mai tôi có lớp. Bạn nên đi cùng tôi.)

Chọn B

4. A

A. exercise

(thể dục)

B. sleep

(ngủ)

C. vacation

(kỳ nghỉ)

Thông tin: Why don't you join a gym?...if you exercised regularly, you'd have more energy.

(Tại sao bạn không tham gia phòng tập thể dục?...nếu bạn tập thể dục thường xuyên, bạn sẽ có nhiều năng lượng hơn.)

Chọn A

Bài nghe 2

Doctor: Good afternoon.

Sharon: Hi there.

Doctor: What seems to be the trouble?

Sharon: Well, I've got these red blotches all over my legs ... See? Here ... and here.

Doctor: Oh, yes. I see. Are they painful?

Sharon: No, not at all. But they seem to be getting bigger.

Doctor: How long have you had them?

Sharon: About a fortnight now, I suppose. And there's a rash, too, on my arm.

Doctor: Oh, yes. That looks quite angry. Have you been scratching it?

Sharon: Yes, it's really itchy. What do you think is causing it?

Doctor: Well, are you allergic to anything? Cats, for example?

Sharon: Not that I know of.

Doctor: Hmm. Do you feel stressed?

Sharon: Well, yes. I suppose I do. I've been very busy at work for quite a while, but ...

Doctor: Well, that might be it.

Sharon: What? Are you saying that this is because of stress?

Doctor: I think it could be. I'll give you a prescription for a cream. It's quite good, so in a few days the blotches should start to go, and the rash should clear up too.

Sharon: Good. Thanks a lot.

Doctor: Here you are. Come back and see me in a couple of weeks if it doesn't get better.

Tạm dịch

Bác sĩ: Chào buổi chiều.

Sharon: Chào bác sĩ.

Bác sĩ: Bạn gặp vấn đề gì vậy?

Sharon: Ồ, tôi có những vết đỏ trên chân ... Nhìn này ... ở đây ... và đây.

Bác sĩ: Ồ, tôi thấy rồi. Chúng có đau không?

Sharon: Không, hoàn toàn không. Nhưng chúng dường như đang to ra.

Bác sĩ: Bạn đã có chúng bao lâu rồi?

Sharon: Khoảng hai tuần rồi, tôi nghĩ vậy. Và còn có phát ban trên tay nữa.

Bác sĩ: Ồ, đúng rồi. Vết phát ban trên tay trông có vẻ khá nặng. Bạn có gãi nó không?

Sharon: Có, nó rất ngứa. Bạn nghĩ nguyên nhân là gì?

Bác sĩ: Vậy, bạn có bị dị ứng với cái gì không? Ví dụ như mèo?

Sharon: Không.

Bác sĩ: Hmm. Bạn có cảm thấy căng thẳng không?

Sharon: Vâng, tôi nghĩ là có. Tôi đã rất bận rộn với công việc trong một thời gian dài, nhưng ...

Bác sĩ: Vậy có thể là do căng thẳng đấy.

Sharon: Gì cơ? Bạn đang nói rằng đây là do căng thẳng sao?

Bác sĩ: Tôi nghĩ có thể là như vậy. Tôi sẽ kê cho bạn một loại kem. Nó khá hiệu quả, vì vậy sau vài ngày, những vết đỏ sẽ bắt đầu giảm đi, và phát ban cũng sẽ khỏi.

Sharon: Tốt quá. Cảm ơn bác sĩ rất nhiều.

Bác sĩ: Đây, bạn cầm đi. Nếu không thấy đỡ hơn trong vài tuần, hãy quay lại gặp tôi.

5. B

The blotches are all over Sharon's body.

(Các vết đốm khắp cơ thể Sharon.)

Thông tin: I've got these red blotches all over my legs.

(Tôi có những vết đỏ khắp chân.)

Chọn B

6. A

She noticed them two weeks ago.

(Cô ấy đã thấy chúng hai tuần trước.)

Thông tin: How long have you had them? - About a fortnight now,

(Bạn bị được bao lâu rồi? - Khoảng hai tuần nay.)

Chọn A

7. B

It's caused by an allergic reaction to her cat.

(Nguyên nhân là do phản ứng dị ứng với con mèo của cô ấy.)

Thông tin: are you allergic to anything? Cats, for example? - Not that I know of.

(Bạn có bị dị ứng với thứ gì không? Mèo chẳng hạn? - Không.)

Chọn B

8. A

He expects both problems to clear up quickly.

(Anh ấy hy vọng cả hai vấn đề sẽ nhanh chóng được giải quyết.)

Thông tin: in a few days the blotches should start to go, and the rash should clear up too.

(trong vài ngày nữa, các vết mẩn sẽ bắt đầu biến mất và vết phát ban cũng sẽ biến mất.)

Chọn A

9. A

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.

- Dịch nghĩa các đáp án, dựa vào giới từ “to” và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

This can _____ to a narrow view of someone’s character.

(Điều này có thể _____ một cái nhìn hạn hẹp về tính cách của ai đó.)

Lời giải chi tiết:

A. lead (v): dẫn tới

B. point (v): chỉ ra

C. cause (v): gây ra

D. result (n): kết quả

Cụm từ “lead to”: dẫn tới

Câu hoàn chỉnh: This can **lead** to a narrow view of someone’s character.

(Điều này có thể dẫn tới một cái nhìn hạn hẹp về tính cách của một ai đó.)

Chọn A

10. A

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.

- Dựa vào danh từ đếm được số ít “issue” (vấn đề), cách dùng của các từ chỉ số lượng để loại đáp án sai.

First, the test can be overly simplistic [...] _____ issue is that the test lacks scientific backing.

(Đầu tiên, bài kiểm tra có thể quá đơn giản [...] _____ vấn đề _____ là bài kiểm tra thiếu sự hỗ trợ khoa học.)

Lời giải chi tiết:

A. Another + danh từ đếm được số ít: *một cái khác*

B. Other + danh từ không đếm được hoặc danh từ đếm được số nhiều => loại

C. The other: *cái còn lại trong tập hợp hai cái* => không phù hợp về nghĩa => loại

D. Others: *những cái khác* => làm tân ngữ hoặc chủ ngữ, không đứng trước danh từ => loại

Câu hoàn chỉnh: First, the test can be overly simplistic... **Another** issue is that the test lacks scientific backing.

(Đầu tiên, bài kiểm tra có thể quá đơn giản... Một vấn đề khác là bài kiểm tra thiếu cơ sở khoa học.)

Chọn A

11. A

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.

- Dịch nghĩa các đáp án và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

Researchers often criticize MBTI for not being reliable. _____, a person might get different results if they take the test on different days.

(Các nhà nghiên cứu thường chỉ trích MBTI không đáng tin cậy. _____, một người có thể nhận được kết quả khác nhau nếu họ làm bài kiểm tra vào những ngày khác nhau.)

Lời giải chi tiết:

- A. For example: ví dụ
- B. However: tuy nhiên
- C. Therefore: do đó
- D. Otherwise: nếu không

Câu hoàn chỉnh: Researchers often criticize MBTI for not being reliable. **For example**, a person might get different results if they take the test on different days.

(Các nhà nghiên cứu thường chỉ trích MBTI không đáng tin cậy. Ví dụ, một người có thể nhận được kết quả khác nhau nếu họ làm bài kiểm tra vào những ngày khác nhau.)

Chọn A

12. B

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.
- Dịch nghĩa các đáp án và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

Additionally, MBTI doesn't _____ for changes over time.

(Ngoài ra, MBTI không _____ thay đổi theo thời gian.)

Lời giải chi tiết:

- A. explain (v): giải thích
- B. account + FOR (phr.v): phản ánh
- C. call (v): gọi điện
- D. work (v): làm việc

Câu hoàn chỉnh: Additionally, MBTI doesn't **account** for changes over time.

(Ngoài ra, MBTI phản ánh những thay đổi theo thời gian.)

Chọn B

13. B

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.
- Dịch nghĩa các đáp án và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

Many detailed tests and reports cost money, which not everyone can _____.

(Nhiều bài kiểm tra và báo cáo chi tiết đều tốn tiền, điều này không phải ai cũng có thể ____.)

Lời giải chi tiết:

- A. pay (v): chi trả
- B. afford (v): đủ khả năng chi trả
- C. earn (v): kiếm ra
- D. have (v): có

Câu hoàn chỉnh: Many detailed tests and reports cost money, which not everyone can **afford**.

(Nhiều bài kiểm tra và báo cáo chi tiết tốn rất nhiều tiền mà không phải ai cũng có thể đủ khả năng chi trả.)

Chọn B

14. A

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.
- Dịch nghĩa các đáp án và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

In a _____, while MBTI can be useful, it's important to remember its limitations.

(Trong _____, mặc dù MBTI có thể hữu ích nhưng điều quan trọng là phải nhớ những hạn chế của nó.)

Lời giải chi tiết:

- A. nutshell (n): tóm lại
- B. conclusion (n): kết luận
- C. brief (n): tóm tắt
- D. sentence (n): câu

Cụm từ để kết luận “in a nutshell”: tóm lại

Câu hoàn chỉnh: In a **nutshell**, while MBTI can be useful, it's important to remember its limitations.

(Tóm lại, mặc dù MBTI có thể hữu ích nhưng điều quan trọng là phải nhớ những hạn chế của nó.)

Chọn A

Bài hoàn chỉnh

While the Myers – Briggs Type Indicator (MBTI) is a popular personality test, it has several drawbacks. First, the test can be overly simplistic. It puts people into one of 16 types, but real personalities are more complex. This can (9) **lead** to a narrow view of someone's character. (10) **Another** issue is that the test lacks scientific backing. Researchers often criticize MBTI for not being reliable. (11) **For example**, a person might get different results if they take the test on different days. This inconsistency makes it hard to trust the results. Additionally, MBTI doesn't (12) **account** for changes over time. People can grow and change, but the test doesn't reflect this. It's like being stuck in a box that doesn't fit anymore. Some people also feel pigeonholed by their MBTI type. They might believe they can only act in certain ways, which limits their potential. Instead of seeing the big picture, they focus too much on fitting their type. Lastly, MBTI can be expensive. Many

detailed tests and reports cost money, which not everyone can (13) **afford**. This makes it harder for people to access and benefit from the test. In a (14) **nutshell**, while MBTI can be useful, it's important to remember its limitations. Use it as a guide, but don't let it dictate your life.

Tam dịch

Mặc dù Myers – Briggs Type Indicator (MBTI) là một bài kiểm tra tính cách phổ biến nhưng nó có một số nhược điểm. Đầu tiên, bài kiểm tra có thể quá đơn giản. Nó xếp con người vào một trong 16 loại, nhưng tính cách thực sự thì phức tạp hơn. Điều này có thể (9) dẫn đến một cái nhìn hạn hẹp về tính cách của một ai đó. (10) Một vấn đề nữa là bài thi thiếu cơ sở khoa học. Các nhà nghiên cứu thường chỉ trích MBTI không đáng tin cậy. (11) Ví dụ, một người có thể nhận được kết quả khác nhau nếu họ làm bài kiểm tra vào những ngày khác nhau. Sự không nhất quán này khiến cho việc tin tưởng vào kết quả trở nên khó khăn. Ngoài ra, MBTI không (12) phản ánh đến những thay đổi theo thời gian. Con người có thể trưởng thành và thay đổi, nhưng bài kiểm tra không phản ánh điều này. Nó giống như bị mắc kẹt trong một chiếc hộp không còn vừa nữa. Một số người cũng cảm thấy bị phân biệt bởi kiểu MBTI của họ. Họ có thể tin rằng họ chỉ có thể hành động theo một số cách nhất định, điều này sẽ hạn chế tiềm năng của họ. Thay vì nhìn thấy bức tranh toàn cảnh, họ tập trung quá nhiều vào việc phù hợp với mẫu người của mình. Cuối cùng, MBTI có thể tốn kém. Nhiều bài kiểm tra và báo cáo chi tiết tốn tiền, mà không phải ai cũng có thể (13) đủ khả năng chi trả. Điều này khiến mọi người khó tiếp cận và hưởng lợi từ bài kiểm tra hơn. (14) Tóm lại, mặc dù MBTI có thể hữu ích nhưng điều quan trọng là phải nhớ những hạn chế của nó. Hãy sử dụng nó như một hướng dẫn, nhưng đừng để nó quyết định cuộc sống của bạn.

15. D

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.
- Phân tích cấu trúc câu có chủ ngữ là “the future of careers”, động từ “is evolving”, vậy nên động từ ở mệnh đề sau cần phải ở dạng rút gọn liên quan chung đến chủ ngữ “the future of careers” => loại các đáp án chia thì và nguyên thể.
- Dịch nghĩa của mệnh đề được rút gọn để xác định mang nghĩa chủ động hay bị động để chọn đáp án đúng.
- influence (v): ảnh hưởng

The future of careers is evolving swiftly, _____ by technological advancements and shifting societal needs.

(*Tương lai của nghề nghiệp đang phát triển nhanh chóng, _____ bởi những tiến bộ công nghệ và nhu cầu xã hội thay đổi.*)

Lời giải chi tiết:

- A. influence (v): ảnh hưởng => động từ chia thì V1 => loại
- B. to influence: để ảnh hưởng => không phù hợp về nghĩa => loại
- C. influencing => động từ ở dạng thể chủ động V-ing => loại
- D. influenced => động từ ở dạng thể bị động V3/ed.

Câu hoàn chỉnh: The future of careers is evolving swiftly, **influenced** by technological advancements and shifting societal needs.

(*Trương lai của nghề nghiệp đang phát triển nhanh chóng, chịu ảnh hưởng bởi những tiến bộ công nghệ và nhu cầu xã hội đang thay đổi.*)

Chọn D

16. D

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.
- Dựa vào danh từ “energy” để chọn từ loại phù hợp.

Fields like artificial intelligence, _____ energy, and biotechnology are on the rise, promising exciting opportunities.

(*Các lĩnh vực như trí tuệ nhân tạo, năng lượng _____, và công nghệ sinh học đang gia tăng, hứa hẹn những cơ hội thú vị.*)

Lời giải chi tiết:

- A. renewal (n): sự đổi mới
- B. renewed (V3/ed): được đổi mới
- C. renewing (V-ing): đổi mới
- D. renewable (adj): có thể tái tạo

Trước danh từ “energy” (*năng lượng*) cần dùng một tính từ.

Câu hoàn chỉnh: Fields like artificial intelligence, **renewable** energy, and biotechnology are on the rise, promising exciting opportunities.

(*Các lĩnh vực như trí tuệ nhân tạo, năng lượng có thể tái tạo, công nghệ sinh học đang trên đà phát triển, hứa hẹn những cơ hội thú vị.*)

Chọn D

17. C

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.
- Dịch nghĩa các đáp án và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

Key _____ such as critical thinking and digital literacy are becoming essential.

(*_____ quan trọng như tư duy phản biện và hiểu biết về kỹ thuật số đang trở nên cần thiết.*)

Lời giải chi tiết:

- A. talents (n): tài năng
- B. services (n): dịch vụ
- C. skills (n): kỹ năng

D. aids (n): sự giúp đỡ

Câu hoàn chỉnh: Key **skills** such as critical thinking and digital literacy are becoming essential.

(Các kỹ năng quan trọng như tư duy phê phán và hiểu biết về kỹ thuật số đang trở nên thiết yếu.)

Chọn C

18. A

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.
- Dựa vào động từ “focused” để chọn giới từ phù hợp

Remote work and gig jobs are providing new levels of flexibility, while careers focused _____ sustainability are gaining traction.

(Công việc từ xa và công việc tạm thời đang mang lại mức độ linh hoạt mới, trong khi những công việc tập trung _____ tính bền vững đang có được sức hút.)

Lời giải chi tiết:

Cụm từ “focus on”: tập trung vào

Câu hoàn chỉnh: Remote work and gig jobs are providing new levels of flexibility, while careers focused **on** sustainability are gaining traction.

(Công việc từ xa và công việc tự do đang mang đến mức độ linh hoạt mới, trong khi những nghề nghiệp tập trung vào tính bền vững đang ngày càng thu hút được nhiều người.)

Chọn A

19. B

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.
- Dịch nghĩa các đáp án và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

As automation expands, roles that emphasize creativity and _____ intelligence will thrive.

(Khi tự động hóa mở rộng, các vai trò nhấn mạnh đến tính sáng tạo và trí tuệ _____ sẽ phát triển mạnh.)

Lời giải chi tiết:

- A. emotive (adj): gây xúc động
- B. emotional (adj): cảm xúc
- C. sensational (adj): giật gân
- D. mental (adj): tinh thần

Câu hoàn chỉnh: As automation expands, roles that emphasize creativity and **emotional** intelligence will thrive.

(Khi quá trình tự động hóa mở rộng, những vai trò nhấn mạnh đến tính sáng tạo và trí tuệ cảm xúc sẽ phát triển mạnh.)

Chọn B

20. D

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.

- Dịch nghĩa các đáp án và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

It's an exciting time to _____ for the jobs of tomorrow!

(Đây là thời điểm thú vị để _____ cho công việc của ngày mai!)

Lời giải chi tiết:

A. equip (v): trang bị

B. fix (v): sửa

C. take (v): lấy

D. prepare (v): chuẩn bị

Câu hoàn chỉnh: It's an exciting time to **prepare** for the jobs of tomorrow!

(Đây là khoảng thời gian thú vị để chuẩn bị cho công việc của ngày mai!)

Chọn D

Bài hoàn chỉnh

The future of careers is evolving swiftly, (15) **influenced** by technological advancements and shifting societal needs. Fields like artificial intelligence, (16) **renewable** energy, and biotechnology are on the rise, promising exciting opportunities. Key (17) **skills** such as critical thinking and digital literacy are becoming essential. Remote work and gig jobs are providing new levels of flexibility, while careers focused (18) **on** sustainability are gaining traction. As automation expands, roles that emphasize creativity and (19) **emotional** intelligence will thrive. Embracing lifelong learning and leveraging technology are crucial for navigating these dynamic career paths successfully. It's an exciting time to (20) **prepare** for the jobs of tomorrow!

Tạm dịch

Tương lai của sự nghiệp đang phát triển nhanh chóng, (15) bị ảnh hưởng bởi tiến bộ công nghệ và nhu cầu xã hội thay đổi. Các lĩnh vực như trí tuệ nhân tạo, năng lượng (16) tái tạo, và công nghệ sinh học đang gia tăng, hứa hẹn những cơ hội thú vị. (17) Các kỹ năng chính như tư duy phê phán và hiểu biết về kỹ thuật số đang trở nên cần thiết. Công việc từ xa và công việc tạm thời đang mang lại mức độ linh hoạt mới, trong khi các nghề nghiệp tập trung (18) vào tính bền vững đang có được sức hút. Khi tự động hóa mở rộng, các vai trò nhấn mạnh đến tính sáng tạo và trí tuệ (19) cảm xúc sẽ phát triển mạnh. Việc áp dụng phương pháp học tập suốt đời và tận dụng công nghệ là rất quan trọng để định hướng thành công những con đường sự nghiệp năng động này. Đó là một thời gian thú vị để (20) chuẩn bị cho công việc của ngày mai!

21. B

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.

- Dịch nghĩa các đáp án và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

So, what should students do when _____ which major to pursue at college?

(*Vì vậy, sinh viên nên làm gì khi _____ chuyên ngành nào sẽ theo đuổi ở trường đại học?*)

Lời giải chi tiết:

A. putting their minds to

(*dành tâm trí vào*)

B. making up their minds about

(*đưa ra quyết định về*)

C. broadening their minds about

(*mở rộng suy nghĩ về*)

D. occupying their minds with

(*chiếm lấy tâm trí của họ với*)

Câu hoàn chỉnh: So, what should students do when **making up their minds about** which major to pursue at college?

(*Vậy sinh viên nên làm gì khi quyết định theo đuổi chuyên ngành nào ở trường đại học?*)

Chọn B

22. C

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.

- Dịch nghĩa các đáp án và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

_____. **When making a career plan, reflect on your beliefs about work, your interest in various academic subjects and your abilities.**

(*_____ . Khi lập kế hoạch nghề nghiệp, hãy suy nghĩ về niềm tin của bạn về công việc, sự quan tâm của bạn đối với các môn học khác nhau và khả năng của bạn.*)

Lời giải chi tiết:

A. What major you choose to pursue at college will determine the level of career success you will have in the future

(*Ngành học bạn chọn theo đuổi ở trường đại học sẽ quyết định mức độ thành công trong sự nghiệp mà bạn có được trong tương lai*)

B. Students should have a clear understanding of their strengths and weaknesses before making a career plan

(*Học sinh cần hiểu rõ điểm mạnh, điểm yếu của mình trước khi lập kế hoạch nghề nghiệp*)

C. Creating a study plan for your college years is an important step to ensure your success in the academic major you choose

(Lập kế hoạch học tập cho những năm học đại học là bước quan trọng đảm bảo cho bạn thành công trong chuyên ngành học thuật mà bạn đã chọn)

D. One way to increase the odds of choosing the right college major is to match it with your future career choice

(Một cách để tăng khả năng chọn đúng chuyên ngành đại học là kết hợp nó với lựa chọn nghề nghiệp tương lai của bạn)

Câu hoàn chỉnh: **Creating a study plan for your college years is an important step to ensure your success in the academic major you choose.** When making a career plan, reflect on your beliefs about work, your interest in various academic subjects and your abilities.

(Lập kế hoạch học tập cho những năm đại học là một bước quan trọng để đảm bảo sự thành công của bạn trong chuyên ngành học thuật mà bạn chọn. Khi lập kế hoạch nghề nghiệp, hãy suy nghĩ về niềm tin của bạn về công việc, sự quan tâm của bạn đối với các môn học khác nhau và khả năng của bạn.)

Chọn C

23. D

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.
- Dịch nghĩa các đáp án và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

Surveys repeatedly show that students _____ are more likely to stick with their majors, while those who don't tend to get disoriented and lose motivation quite quickly.

(Các cuộc khảo sát liên tục cho thấy rằng sinh viên _____ có nhiều khả năng gắn bó với chuyên ngành của họ hơn, trong khi những người không có xu hướng mất phương hướng và mất động lực khá nhanh.)

Lời giải chi tiết:

- A. who skip this step of career planning
(người bỏ qua bước lập kế hoạch nghề nghiệp này)
- B. who fail to reflect on their career choices
(người mà không suy nghĩ về lựa chọn nghề nghiệp của mình)
- C. who care little about the future
(người mà quan tâm ít đến tương lai)
- D. who look ahead to their careers
(người mà hướng tới sự nghiệp của họ)

Câu hoàn chỉnh: Surveys repeatedly show that students **who look ahead to their careers** are more likely to stick with their majors, while those who don't tend to get disoriented and lose motivation quite quickly.

(Các cuộc khảo sát nhiều lần cho thấy những sinh viên người mà hướng tới sự nghiệp của họ thường có xu hướng gắn bó với chuyên ngành hơn, trong khi những sinh viên không có xu hướng mất phương hướng và mất động lực khá nhanh.)

Chọn D

24. A

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.
- Dịch nghĩa các đáp án và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

College students sometimes drop out of their selected majors _____.

(Sinh viên đại học đôi khi bỏ học các chuyên ngành đã chọn của họ _____.)

Lời giải chi tiết:

A. because they become disillusioned with the subject area they picked

(bởi vì họ trở nên vỡ mộng với lĩnh vực chủ đề họ đã chọn)

B. because they are distracted by tempting non-academic activities

(bởi vì họ bị phân tâm bởi các hoạt động phi học thuật hấp dẫn)

C. because they become excessively confident about their own abilities

(bởi vì họ trở nên tự tin quá mức về khả năng của chính mình)

D. because they are overwhelmed with the related job opportunities

(bởi vì họ bị choáng ngợp bởi các cơ hội việc làm liên quan)

Câu hoàn chỉnh: College students sometimes drop out of their selected majors **because they become disillusioned with the subject area they picked.**

(Sinh viên đại học đôi khi bỏ học các chuyên ngành đã chọn vì họ trở nên vỡ mộng về môn học mình đã chọn.)

Chọn A

25. D

Phương pháp:

- Dịch nghĩa câu đề bài để hiểu được ngữ cảnh của câu.
- Dịch nghĩa các đáp án và lần lượt điền các đáp án vào chỗ trống để chọn được đáp án phù hợp nhất tạo thành câu có nghĩa.

Negative feedback from college advisors and instructors can also influence a student's choice to switch out of their major. _____ . More importantly, prepare yourself for the inevitable academic challenges that await you in whichever major you choose.

(Phản hồi tiêu cực từ các cố vấn và giảng viên đại học cũng có thể ảnh hưởng đến sự lựa chọn chuyển đổi chuyên ngành của sinh viên. _____. Quan trọng hơn, hãy chuẩn bị tinh thần cho những thử thách học tập không thể tránh khỏi đang chờ đợi bạn ở bất kỳ chuyên ngành nào bạn chọn.)

Lời giải chi tiết:

A. In the face of these obstacles, ask yourself whether it is worth sticking it out until the end of the major program

(Khi đối mặt với những trở ngại này, hãy tự hỏi liệu có đáng để tiếp tục theo đuổi cho đến khi kết thúc chương trình chuyên ngành hay không)

B. These difficulties are unavoidable; so instead of giving up, you should stand up for yourself by challenging authority

(Những khó khăn này là không thể tránh khỏi; vì vậy thay vì bỏ cuộc, bạn nên đứng lên bảo vệ chính mình bằng cách thách thức chính quyền)

C. If these challenges happen, consider other majors that set lower standards so that you can complete them on time

(Nếu những thách thức này xảy ra, hãy xem xét các chuyên ngành khác có tiêu chuẩn thấp hơn để bạn có thể hoàn thành chúng đúng hạn)

D. When facing these setbacks, be steadfast and re-examine what drove you to pick the major in the first place

(Khi đối mặt với những thất bại này, hãy kiên định và xem xét lại điều gì đã thúc đẩy bạn chọn chuyên ngành ngay từ đầu)

Câu hoàn chỉnh: Negative feedback from college advisors and instructors can also influence a student's choice to switch out of their major. **When facing these setbacks, be steadfast and re-examine what drove you to pick the major in the first place.** More importantly, prepare yourself for the inevitable academic challenges that await you in whichever major you choose.

(Phản hồi tiêu cực từ các cố vấn và giảng viên đại học cũng có thể ảnh hưởng đến sự lựa chọn chuyên đổi chuyên ngành của sinh viên. Khi đối mặt với những trở ngại này, hãy kiên định và xem xét lại điều gì đã thúc đẩy bạn chọn chuyên ngành ngay từ đầu. Quan trọng hơn, hãy chuẩn bị tinh thần cho những thử thách học tập không thể tránh khỏi đang chờ đợi bạn ở bất kỳ chuyên ngành nào bạn chọn.)

Chọn D

Bài hoàn chỉnh

According to some estimates, 30% of undergraduates change their major at least once. So, what should students do when (21) **making up their minds about** which major to pursue at college?

(22) **Creating a study plan for your college years is an important step to ensure your success in the academic major you choose.** When making a career plan, reflect on your beliefs about work, your interest in various academic subjects and your abilities. Surveys repeatedly show that students (23) **who look ahead to their careers** are more likely to stick with their majors, while those who don't tend to get disoriented and lose motivation quite quickly.

College students sometimes drop out of their selected majors (24) **because they become disillusioned with the subject area they picked.** To avoid this outcome, it is important to do your research about the job that

you are interested in pursuing, as well as any related career tracks. Ask yourself which aspects of the job you could see yourself enjoying, and the parts of the job that you think you might dislike.

Students who were at the top of their class may be particularly shocked when they receive their first low grade on an exam. Negative feedback from college advisors and instructors can also influence a student's choice to switch out of their major. (25) **When facing these setbacks, be steadfast and re-examine what drove you to pick the major in the first place.** More importantly, prepare yourself for the inevitable academic challenges that await you in whichever major you choose.

Tam dịch

Theo một số ước tính, 30% sinh viên đại học thay đổi chuyên ngành ít nhất một lần. Vì vậy, sinh viên nên làm gì khi (21) quyết định theo đuổi chuyên ngành nào ở trường đại học?

(22) Lập kế hoạch học tập cho những năm đại học là một bước quan trọng để đảm bảo sự thành công của bạn trong chuyên ngành học thuật mà bạn đã chọn. Khi lập kế hoạch nghề nghiệp, hãy suy nghĩ về niềm tin của bạn về công việc, sự quan tâm của bạn đối với các môn học khác nhau và khả năng của bạn. Các cuộc khảo sát nhiều lần cho thấy những sinh viên (23) người mà có định hướng nghề nghiệp thường sẽ gắn bó với chuyên ngành của mình hơn, trong khi những người không có xu hướng mất phương hướng và mất động lực khá nhanh.

Sinh viên đại học đôi khi bỏ học các chuyên ngành đã chọn (24) vì họ vỡ mộng với môn học họ đã chọn. Để tránh kết quả này, điều quan trọng là bạn phải nghiên cứu về công việc mà bạn quan tâm theo đuổi cũng như bất kỳ con đường sự nghiệp nào có liên quan. Hãy tự hỏi bản thân xem khía cạnh nào của công việc mà bạn có thể thấy mình thích thú và những phần công việc mà bạn nghĩ mình có thể không thích.

Những học sinh đứng đầu lớp có thể đặc biệt sốc khi lần đầu tiên họ nhận được điểm thấp trong một kỳ thi. Phản hồi tiêu cực từ các cố vấn và giảng viên đại học cũng có thể ảnh hưởng đến sự lựa chọn chuyển đổi chuyên ngành của sinh viên. (25) Khi đối mặt với những thất bại này, hãy kiên định và xem xét lại điều gì đã thúc đẩy bạn chọn chuyên ngành ngay từ đầu. Quan trọng hơn, hãy chuẩn bị tinh thần cho những thử thách học tập không thể tránh khỏi đang chờ đợi bạn ở bất kỳ chuyên ngành nào bạn chọn.

Bài đọc hiểu

Graduation is a significant milestone that marks the end of an educational journey and the beginning of a new chapter in life. As graduates step into the real world, they are faced with the **daunting** task of choosing a career path. This decision is influenced by various factors, including personal interests, skills, job market trends, and financial considerations. It is crucial for graduates to carefully evaluate their options and make informed decisions to ensure long-term success and satisfaction.

One important factor to consider when choosing a career is personal interests. Graduates should identify fields that align with their passions and hobbies, as this can lead to a more fulfilling and enjoyable career. Additionally, skills and strengths play a vital role in career choice. Understanding one's abilities and how they can be applied in different professions can help graduates **narrow down** their options and choose a career that suits them best.

Another key consideration is the job market. Researching current job market trends and future projections can provide valuable insights into which industries are growing and which ones may decline. This information can help graduates make strategic decisions and choose careers with good job prospects and stability. Financial considerations, such as salary potential and job benefits, are also important factors to take into account.

Networking and gaining practical experience through internships or part-time jobs can significantly impact career choice. **Building a professional network and gaining hands-on experience can provide graduates with valuable connections and insights into different industries.** This can help them make more informed decisions and increase ***their*** chances of success in their chosen career.

While the process of choosing a career can be challenging, it is important for graduates to remain flexible and open to new opportunities. The job market is constantly evolving, and being adaptable can help them navigate changes and seize new prospects. With careful planning and a proactive approach, graduates can find a career that aligns with their goals and aspirations.

Tam dịch

Tốt nghiệp là một cột mốc quan trọng đánh dấu sự kết thúc của một hành trình học tập và mở ra một chương mới trong cuộc đời. Khi bước vào thế giới thực, các tân cử nhân đối mặt với nhiệm vụ đầy thử thách là lựa chọn con đường sự nghiệp. Quyết định này bị ảnh hưởng bởi nhiều yếu tố, bao gồm sở thích cá nhân, kỹ năng, xu hướng thị trường lao động và các yếu tố tài chính. Điều quan trọng là các tân cử nhân phải đánh giá kỹ lưỡng các lựa chọn của mình và đưa ra quyết định sáng suốt để đảm bảo sự thành công và hài lòng lâu dài. Một yếu tố quan trọng cần xem xét khi chọn nghề nghiệp là sở thích cá nhân. Tân cử nhân nên xác định các lĩnh vực phù hợp với đam mê và sở thích của mình, vì điều này có thể dẫn đến một sự nghiệp thú vị và thỏa mãn hơn. Ngoài ra, kỹ năng và điểm mạnh đóng vai trò thiết yếu trong việc chọn nghề. Hiểu được khả năng của bản thân và cách áp dụng chúng vào các ngành nghề khác nhau có thể giúp các tân cử nhân thu hẹp các lựa chọn và chọn một sự nghiệp phù hợp nhất.

Một cân nhắc quan trọng khác là thị trường lao động. Nghiên cứu xu hướng hiện tại và dự báo tương lai của thị trường lao động có thể cung cấp những thông tin giá trị về các ngành công nghiệp đang phát triển và các ngành có khả năng suy thoái. Thông tin này giúp tân cử nhân đưa ra các quyết định chiến lược và chọn các nghề nghiệp có triển vọng tốt và ổn định. Các yếu tố tài chính, chẳng hạn như mức lương tiềm năng và phúc lợi công việc, cũng là những yếu tố quan trọng cần cân nhắc.

Xây dựng mạng lưới quan hệ và tích lũy kinh nghiệm thực tiễn thông qua các kỳ thực tập hoặc công việc bán thời gian có thể ảnh hưởng đáng kể đến việc lựa chọn nghề nghiệp. Việc xây dựng mạng lưới chuyên nghiệp và có được kinh nghiệm thực tế giúp các tân cử nhân tạo ra những mối quan hệ giá trị và hiểu sâu hơn về các ngành nghề khác nhau. Điều này giúp họ đưa ra các quyết định sáng suốt hơn và tăng cơ hội thành công trong sự nghiệp đã chọn.

Mặc dù quá trình chọn nghề nghiệp có thể đầy thách thức, nhưng điều quan trọng là các tân cử nhân cần giữ sự linh hoạt và sẵn sàng với những cơ hội mới. Thị trường lao động luôn thay đổi, và khả năng thích ứng có

thể giúp họ điều hướng các thay đổi và nắm bắt các cơ hội mới. Với kế hoạch cẩn thận và cách tiếp cận chủ động, tân cử nhân có thể tìm được một công việc phù hợp với mục tiêu và khát vọng của mình.

Phương pháp chung:

- Đọc câu đề bài và các đáp án để gạch chân các từ khóa quan trọng.
- Đọc lướt qua các đoạn văn và dừng lại ở đoạn thông tin có chứa từ khóa.
- So sánh thông tin trong bài đọc với nội dung cần tìm dựa vào sự tương quan về nghĩa và ngữ pháp để chọn đáp thích hợp nhất.

26. B

Which of the following is NOT mentioned as a factor influencing career choice?

(Điều nào sau đây KHÔNG được đề cập như một yếu tố ảnh hưởng đến sự lựa chọn nghề nghiệp?)

A. Personal interests

(Sở thích cá nhân)

B. Job location

(Địa điểm làm việc)

C. Skills

(Kỹ năng)

D. Financial considerations

(Cân nhắc về mặt tài chính)

Thông tin: This decision is influenced by various factors, including personal interests, skills, job market trends, and financial considerations.

(Quyết định này bị ảnh hưởng bởi nhiều yếu tố khác nhau, bao gồm sở thích cá nhân, kỹ năng, xu hướng thị trường việc làm và những cân nhắc về tài chính.)

Chọn B

27. B

The word "daunting" in paragraph 1 is closest in meaning to _____.

(Từ "daunting" ở đoạn 1 gần nghĩa nhất với _____.)

A. easy

(dễ dàng)

B. intimidating

(đáng sợ)

C. familiar

(quen thuộc)

D. encouraging

(khích lệ)

Thông tin: As graduates step into the real world, they are faced with the daunting task of choosing a career path.

(Khi sinh viên tốt nghiệp bước vào thế giới thực, họ phải đối mặt với nhiệm vụ đầy thử thách là lựa chọn con đường sự nghiệp.)

Chọn B

28. B

The word "**their**" in paragraph 4 refers to _____.

(Từ "their" trong đoạn 4 đề cập đến _____.)

A. personal interests

(sở thích cá nhân)

B. graduates

(tân cử nhân)

C. job market trends

(xu hướng thị trường việc làm)

D. future projections

(dự án tương lai)

Thông tin: Building a professional network and gaining hands-on experience can provide graduates with valuable connections and insights into different industries. This can help them make more informed decisions and increase **their** chances of success in their chosen career.

(Xây dựng mạng lưới chuyên nghiệp và tích lũy kinh nghiệm thực tiễn có thể mang lại cho sinh viên tốt nghiệp những kết nối có giá trị và hiểu biết sâu sắc về các ngành khác nhau. Điều này có thể giúp họ đưa ra những quyết định sáng suốt hơn và tăng cơ hội thành công của họ trong sự nghiệp đã chọn.)

Chọn B

29. B

The word "**narrow down**" in paragraph 2 could be best replaced by _____.

(Từ "narrow down" ở đoạn 2 có thể được thay thế tốt nhất bằng _____.)

A. expand

(mở rộng)

B. limit

(giới hạn)

C. ignore

(phớt lờ)

D. overlook

(bỏ sót)

Thông tin: Understanding one's abilities and how they can be applied in different professions can help graduates **narrow down** their options and choose a career that suits them best.

(Hiểu được khả năng của một người và cách áp dụng chúng vào các ngành nghề khác nhau có thể giúp sinh viên tốt nghiệp thu hẹp các lựa chọn và chọn được nghề nghiệp phù hợp nhất với mình.)

Chọn

30. C

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

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

A. Graduates should avoid gaining practical experience.

(Sinh viên tốt nghiệp nên tránh tích lũy kinh nghiệm thực tế.)

B. Networking and internships are not valuable for career choice.

(Mạng lưới quan hệ và thực tập không có giá trị cho việc lựa chọn nghề nghiệp.)

C. Practical experience and networking can significantly influence career decisions.

(Kinh nghiệm thực tế và mạng lưới có thể ảnh hưởng đáng kể đến quyết định nghề nghiệp.)

D. Graduates should focus solely on academic achievements.

(Sinh viên tốt nghiệp chỉ nên tập trung vào thành tích học tập.)

Thông tin: Building a professional network and gaining hands-on experience can provide graduates with valuable connections and insights into different industries.

(Xây dựng mạng lưới chuyên nghiệp và tích lũy kinh nghiệm thực tiễn có thể mang lại cho sinh viên tốt nghiệp những kết nối có giá trị và hiểu biết sâu sắc về các ngành khác nhau.)

Chọn C

31. C

Which of the following is TRUE according to the passage?

(Điều nào sau đây là ĐÚNG theo đoạn văn?)

A. Personal interests should not influence career choice. => sai

(Sở thích cá nhân không nên ảnh hưởng đến việc lựa chọn nghề nghiệp.)

Thông tin: One important factor to consider when choosing a career is personal interests.

(Một yếu tố quan trọng cần cân nhắc khi lựa chọn nghề nghiệp là sở thích cá nhân.)

B. The job market is irrelevant to career decisions. => sai

(Thị trường việc làm không liên quan đến quyết định nghề nghiệp.)

Thông tin: Another key consideration is the job market.

(Một yếu tố quan trọng khác cần cân nhắc là thị trường việc làm.)

C. Financial considerations are important in choosing a career. => đúng

(Cân nhắc về tài chính rất quan trọng trong việc lựa chọn nghề nghiệp.)

Thông tin: Financial considerations, such as salary potential and job benefits, are also important factors to take into account.

(Những cân nhắc về tài chính, chẳng hạn như mức lương tiềm năng và lợi ích công việc, cũng là những yếu tố quan trọng cần tính đến.)

D. Networking has no impact on career choice. => sai

(Mạng lưới không có tác động gì đến việc lựa chọn nghề nghiệp.)

Thông tin: Networking and gaining practical experience through internships or part-time jobs can significantly impact career choice.

(Mạng lưới và tích lũy kinh nghiệm thực tế thông qua thực tập hoặc công việc bán thời gian có thể tác động đáng kể đến việc lựa chọn nghề nghiệp.)

Chọn C

32. D

In which paragraph does the writer mention the importance of adaptability in choosing a career?

(Đoạn văn nào tác giả đề cập đến tầm quan trọng của khả năng thích ứng trong việc lựa chọn nghề nghiệp?)

A. Paragraph 1

(Đoạn 1)

B. Paragraph 2

(Đoạn 2)

C. Paragraph 3

(Đoạn 3)

D. Paragraph 5

(Đoạn 5)

Thông tin: The job market is constantly evolving, and being adaptable can help them navigate changes and seize new prospects.

(Thị trường việc làm không ngừng phát triển và khả năng thích ứng có thể giúp họ điều hướng những thay đổi và nắm bắt những triển vọng mới.)

Chọn D

33. B

In which paragraph does the writer discuss the role of skills in career choice?

(Đoạn văn nào tác giả thảo luận về vai trò của kỹ năng trong việc lựa chọn nghề nghiệp?)

A. Paragraph 1

(Đoạn 1)

B. Paragraph 2

(Đoạn 2)

C. Paragraph 4

(Đoạn 4)

D. Paragraph 5

(Đoạn 5)

Thông tin: Additionally, skills and strengths play a vital role in career choice.

(Ngoài ra, kỹ năng và điểm mạnh đóng vai trò quan trọng trong việc lựa chọn nghề nghiệp.)

Chọn B

34. B**Phương pháp:**

- Dịch nghĩa các câu đề bài từ a-c để hiểu được nghĩa của từng câu.
- Lần lượt sắp xếp trật tự các câu a-c để tạo thành một đoạn hội thoại hợp lý và có nghĩa.

*Nghĩa của các câu

a. Tom: Hi, Anna! Yeah, I've been going to the gym regularly.
(Tom: Chào Anna! Vâng, tôi đã đến phòng tập thể dục thường xuyên.)

b. Anna: Hi, Tom! Have you been working out? You look great!
(Anna: Chào Tom! Bạn đã tập thể dục hả? Bạn trông thật tuyệt!)

c. Anna: It shows! Keep it up, you're doing awesome!
(Anna: Ra là vậy! Hãy tiếp tục nhé, bạn đang làm rất tuyệt vời!)

Bài hoàn chỉnh

(b) Anna: Hi, Tom! Have you been working out? You look great!

(a) Tom: Hi, Anna! Yeah, I've been going to the gym regularly.

(c) Anna: It shows! Keep it up, you're doing awesome!

Tam dịch

(b) Anna: Chào Tom! Bạn đã tập thể dục hả? Bạn trông thật tuyệt!

(a) Tom: Chào Anna! Vâng, tôi đã đến phòng tập thể dục thường xuyên.

(c) Anna: Ra là vậy! Hãy tiếp tục nhé, bạn đang làm rất tuyệt vời!

Chọn B

35. C**Phương pháp:**

- Dịch nghĩa các câu đề bài từ a-e để hiểu được nghĩa của từng câu.
- Lần lượt sắp xếp trật tự các câu a-e để tạo thành một đoạn hội thoại hợp lý và có nghĩa.

*Nghĩa của các câu

a. Lucy: Great! Graphic design is such a creative field.
(Lucy: Tuyệt vời! Thiết kế đồ họa là một lĩnh vực rất sáng tạo.)

b. Mark: I'm thinking about switching my career to graphic design.
(Mark: Tôi đang nghĩ đến việc chuyển nghề sang thiết kế đồ họa.)

c. Lucy: That's an interesting choice! Have you taken any courses?
(Lucy: Đó là một lựa chọn thú vị! Bạn đã tham gia khóa học nào chưa?)

d. Mark: Yes, I've started some online classes to build my skills.
(Mark: Có, tôi đã bắt đầu một số lớp học trực tuyến để xây dựng kỹ năng của mình.)

e. Mark: I know, and I'm really excited to learn more about it.
(Mark: Tôi biết và tôi thực sự hào hứng muốn tìm hiểu thêm về nó.)

Bài hoàn chỉnh

(b) Mark: I'm thinking about switching my career to graphic design.

(c) Lucy: That's an interesting choice! Have you taken any courses?

(d) Mark: Yes, I've started some online classes to build my skills.

(a) Lucy: Great! Graphic design is such a creative field.

(e) Mark: I know, and I'm really excited to learn more about it.

Tam dịch

(b) Mark: Tôi đang nghĩ đến việc chuyển nghề sang thiết kế đồ họa.

(c) Lucy: Đó là một lựa chọn thú vị! Bạn đã tham gia khóa học nào chưa?

(d) Mark: Có, tôi đã bắt đầu một số lớp học trực tuyến để xây dựng kỹ năng của mình.

(a) Lucy: Tuyệt vời! Thiết kế đồ họa là một lĩnh vực sáng tạo như vậy.

(e) Mark: Tôi biết và tôi thực sự hào hứng muốn tìm hiểu thêm về nó.

Chọn C

36. C

Phương pháp:

- Dịch nghĩa các câu đề bài từ a-c để hiểu được nghĩa của từng câu.

- Lần lượt sắp xếp trật tự các câu a-c để tạo thành một đoạn hội thoại hợp lý và có nghĩa.

*Nghĩa của các câu

a. Ms Lan, can you explain the concept of "teamwork skills" for?

(Cô Lan, cô có thể giải thích khái niệm "kỹ năng làm việc nhóm" được không?)

b. Oh, I see. Thank you for your explanation!

(Ồ, em hiểu rồi. Cảm ơn giải thích của cô!)

c. Well, it means working well with other people to get things done.

(Vâng, nó có nghĩa là làm việc tốt với người khác để hoàn thành công việc.)

Bài hoàn chỉnh

(a) Ms Lan, can you explain the concept of "teamwork skills" for?

(c) Well, it means working well with other people to get things done.

(b) Oh, I see. Thank you for your explanation!

Tam dịch

(a) Cô Lan, cô có thể giải thích khái niệm "kỹ năng làm việc nhóm" được không?

(c) Điều đó có nghĩa là làm việc tốt với người khác để hoàn thành công việc.

(b)Ồ, em hiểu rồi. Cảm ơn giải thích của cô!

Chọn C

37. D

Phương pháp:

- Dịch nghĩa các câu đề bài từ a-e để hiểu được nghĩa của từng câu.

- Lần lượt sắp xếp trật tự các câu a-e để tạo thành một lá thư hợp lý và có nghĩa.

*Nghĩa của các câu

Dear Mai,

(Mai thân mến,)

a. It's a big change for me, and I'm both nervous and excited about starting this new chapter.

(Đó là một sự thay đổi lớn đối với tôi và tôi vừa lo lắng vừa hào hứng khi bắt đầu chương mới này.)

b. I wanted to share some exciting news about my career with you.

(Tôi muốn chia sẻ một số tin tức thú vị về sự nghiệp của tôi với bạn.)

c. After months of searching, I finally got a new job as a project manager!

(Sau nhiều tháng tìm kiếm, cuối cùng tôi cũng có được công việc mới là quản lý dự án!)

d. The position is with MCB Company, and it's a great opportunity to work on projects that really interest me.

(Vị trí làm việc cho Công ty MCB và đây là cơ hội tuyệt vời để làm việc trong các dự án mà tôi thực sự quan tâm.)

e. I'd love to catch up soon and hear about what's new with you.

(Tôi muốn sớm được cập nhật và nghe về những điều mới mẻ với bạn.)

Best wishes,

Nam

(Lời chúc tốt đẹp nhất,

Nam)

Bài hoàn chỉnh

Dear Mai,

(b) I wanted to share some exciting news about my career with you. **(c)** After months of searching, I finally got a new job as a project manager! **(a)** It's a big change for me, and I'm both nervous and excited about starting this new chapter. **(d)** The position is with MCB Company, and it's a great opportunity to work on projects that really interest me. **(e)** I'd love to catch up soon and hear about what's new with you.

Best wishes,

Nam

Tạm dịch

Mai thân mến,

(b) Tôi muốn chia sẻ với bạn một số tin tức thú vị về sự nghiệp của tôi. (c) Sau nhiều tháng tìm kiếm, cuối cùng tôi cũng có được công việc mới là quản lý dự án! (a) Đó là một sự thay đổi lớn đối với tôi và tôi vừa lo lắng vừa hào hứng khi bắt đầu chương mới này. (d) Vị trí làm việc cho Công ty MCB và đó là cơ hội tuyệt vời để làm việc trong các dự án mà tôi thực sự quan tâm. (e) Tôi muốn sớm được cập nhật thông tin về những điều mới mẻ với bạn.

Lời chúc tốt đẹp nhất,

Nam

Chọn D

38. D

Phương pháp:

- Dịch nghĩa các câu đề bài từ a-e để hiểu được nghĩa của từng câu.
- Lần lượt sắp xếp trật tự các câu a-e để tạo thành một lá thư hợp lý và có nghĩa.

*Nghĩa của các câu

Hi Ben,

(Chào Ben,)

a. I feel much stronger and more energized.

(Tôi cảm thấy mạnh mẽ hơn và tràn đầy năng lượng hơn.)

b. I've been following the workout routine you recommended, and it's been amazing!

(Tôi đã làm theo thói quen tập luyện mà bạn đề xuất và nó thật tuyệt vời!)

c. The exercises are challenging but effective.

(Các bài tập đầy thử thách nhưng hiệu quả.)

d. Thanks again for helping me get started on this journey!

(Cảm ơn một lần nữa vì đã giúp tôi bắt đầu cuộc hành trình này!)

e. I appreciate your advice on staying consistent.

(Tôi đánh giá cao lời khuyên của bạn về việc duy trì sự nhất quán.)

Best,

Michael

(Lời chúc tốt nhất,

Michael)

Bài hoàn chỉnh

Hi Ben,

(b) I've been following the workout routine you recommended, and it's been amazing! **(a)** I feel much stronger and more energized. **(c)** The exercises are challenging but effective. **(e)** I appreciate your advice on staying consistent. **(d)** Thanks again for helping me get started on this journey!

Best,

Michael

Tạm dịch

Chào Ben,

(b) Tôi đã tuân theo thói quen tập luyện mà bạn đề xuất và điều đó thật tuyệt vời! (a) Tôi cảm thấy mạnh mẽ hơn và tràn đầy năng lượng hơn. (c) Các bài tập đầy thử thách nhưng hiệu quả. (e) Tôi đánh giá cao lời khuyên của bạn về việc luôn kiên định. (d) Một lần nữa xin cảm ơn vì đã giúp tôi bắt đầu cuộc hành trình này!

Lời chúc tốt nhất,

Michael

Chọn D

39. C

Phương pháp:

- Dịch nghĩa các câu đề bài từ a-f để hiểu được nghĩa của từng câu.
- Lần lượt sắp xếp trật tự các câu a-f để tạo thành một đoạn văn hợp lý và có nghĩa.

*Nghĩa của các câu

a. There are several main types of CVs that people use when applying for jobs.

(Có một số loại CV chính mà mọi người sử dụng khi đi xin việc.)

b. This type is good if you have a strong work history without gaps.

(Loại này phù hợp nếu bạn có quá trình làm việc tốt và không có khoảng trống.)

c. Another type is the functional CV, which focuses more on your skills and experience instead of when you worked.

(Một loại khác là CV chức năng, tập trung nhiều hơn vào kỹ năng và kinh nghiệm của bạn thay vì thời gian bạn làm việc.)

d. Lastly, there is the combination CV that mixes both formats, highlighting your skills and your work history. This type can be very effective if you have specific skills and a solid work history.

(Cuối cùng, có CV kết hợp cả hai dạng, nêu bật các kỹ năng và lịch sử công việc của bạn. Loại này có thể rất hiệu quả nếu bạn có kỹ năng cụ thể và lịch sử công việc vững chắc.)

e. The first type is the chronological CV, which lists your work history in order, starting with the most recent job.

(Loại đầu tiên là CV theo trình tự thời gian, liệt kê lịch sử công việc của bạn theo thứ tự, bắt đầu từ công việc gần đây nhất.)

f. This is helpful if you are changing careers or have gaps in your employment.

(Điều này rất hữu ích nếu bạn đang thay đổi nghề nghiệp hoặc có những khoảng trống trong công việc.)

Bài hoàn chỉnh

(a) There are several main types of CVs that people use when applying for jobs. **(e)** The first type is the chronological CV, which lists your work history in order, starting with the most recent job. **(b)** This type is good if you have a strong work history without gaps. **(c)** Another type is the functional CV, which focuses more on your skills and experience instead of when you worked. **(f)** This is helpful if you are changing careers or have gaps in your employment. **(d)** Lastly, there is the combination CV that mixes both formats, highlighting your skills and your work history. This type can be very effective if you have specific skills and a solid work history.

Tam dịch

(a) Có một số loại CV chính mà mọi người sử dụng khi đi xin việc. (e) Loại đầu tiên là CV theo trình tự thời gian, liệt kê quá trình làm việc của bạn theo thứ tự, bắt đầu từ công việc gần đây nhất. (b) Loại này phù hợp

nếu bạn có quá trình làm việc tốt và không có khoảng trống. (c) Một loại khác là CV chức năng, tập trung nhiều hơn vào kỹ năng và kinh nghiệm của bạn thay vì thời gian bạn làm việc. (f) Điều này hữu ích nếu bạn đang thay đổi nghề nghiệp hoặc có những khoảng trống trong công việc. (d) Cuối cùng, có CV kết hợp cả hai dạng, nêu bật các kỹ năng và quá trình làm việc của bạn. Loại này có thể rất hiệu quả nếu bạn có kỹ năng cụ thể và lịch sử công việc vững chắc.

Chọn C

40. B

Phương pháp:

- Dịch nghĩa các câu đề bài từ a-f để hiểu được nghĩa của từng câu.
- Lần lượt sắp xếp trật tự các câu a-f để tạo thành một đoạn văn hợp lý và có nghĩa.

*Nghĩa của các câu

a. However, refined sugar is unhealthy and is often added to processed foods to enhance flavor.

(Tuy nhiên, đường tinh luyện không tốt cho sức khỏe và thường được thêm vào thực phẩm chế biến sẵn để tăng hương vị.)

b. Refined sugar lacks nutritional value, providing only "empty" calories, and unlike natural sugars in fruit, it contains no fiber, making it easy to overconsume.

(Đường tinh luyện thiếu giá trị dinh dưỡng, chỉ cung cấp lượng calo "rỗng" và không giống như đường tự nhiên trong trái cây, nó không chứa chất xơ nên dễ dàng tiêu thụ quá mức.)

c. Additionally, consuming too much sugar contributes to childhood tooth decay and increases the risk of diabetes later in life.

(Ngoài ra, tiêu thụ quá nhiều đường còn góp phần gây sâu răng ở trẻ em và làm tăng nguy cơ mắc bệnh tiểu đường sau này.)

d. Naturally occurring sugars, such as those found in fruit, are generally considered healthy.

(Đường tự nhiên, chẳng hạn như đường có trong trái cây, thường được coi là tốt cho sức khỏe.)

e. As a result, excess calories can lead to weight gain.

(Kết quả là lượng calo dư thừa có thể dẫn đến tăng cân.)

f. Surprisingly, this "hidden" sugar is present in many savory foods like bread, canned vegetables, and sauces.

(Điều đáng ngạc nhiên là loại đường "ẩn" này lại có mặt trong nhiều loại thực phẩm mặn như bánh mì, rau đóng hộp và nước sốt.)

Bài hoàn chỉnh

(d) Naturally occurring sugars, such as those found in fruit, are generally considered healthy. (a) However, refined sugar is unhealthy and is often added to processed foods to enhance flavor. (f) Surprisingly, this "hidden" sugar is present in many savory foods like bread, canned vegetables, and sauces. (b) Refined sugar lacks nutritional value, providing only "empty" calories, and unlike natural sugars in fruit, it contains no fiber,

making it easy to overconsume. (e) As a result, excess calories can lead to weight gain. (c) Additionally, consuming too much sugar contributes to childhood tooth decay and increases the risk of diabetes later in life.

Tạm dịch

(d) Đường tự nhiên, chẳng hạn như đường có trong trái cây, thường được coi là tốt cho sức khỏe. (a) Tuy nhiên, đường tinh luyện không tốt cho sức khỏe và thường được thêm vào thực phẩm chế biến sẵn để tăng hương vị. (f) Điều đáng ngạc nhiên là loại đường “ẩn” này lại có mặt trong nhiều loại thực phẩm mặn như bánh mì, rau đóng hộp và nước sốt. (b) Đường tinh luyện thiếu giá trị dinh dưỡng, chỉ cung cấp lượng calo “rỗng”, và không giống như đường tự nhiên trong trái cây, nó không chứa chất xơ nên dễ dàng tiêu thụ quá mức. (e) Kết quả là lượng calo dư thừa có thể dẫn đến tăng cân. (c) Ngoài ra, tiêu thụ quá nhiều đường còn góp phần gây sâu răng ở trẻ em và làm tăng nguy cơ mắc bệnh tiểu đường sau này.

Chọn B