# Cumulative Review

**Giải SBT Tiếng Anh 11 Cumulative Review - Friends Global**  
**Cumulative Review 1 (Units I-1)**  
**Listening**  
**1. Listen to four speakers talking about their memories of family holidays. Match the speakers 1 – 4 with the adjectives describing attitude a – d .**  
*(Hãy nghe bốn người nói nói về những kỷ niệm của họ trong những ngày nghỉ lễ cùng gia đình. Nối những người nói 1 – 4 với những tính từ miêu tả thái độ a – d .)*  
Speaker 1 ☐  
Speaker 2 ☐  
Speaker 3 ☐  
Speaker 4 ☐  
a bitter  
b grateful  
c nostalgic  
d sarcastic  
**Phương pháp giải:**  
\*Nghĩa của từ vựng  
a bitter (adj): cay đắng  
b grateful (adj): biết ơn  
c nostalgic (adj): hoài niệm  
d sarcastic (adj): mỉa mai  
**Bài nghe**  
**1**  
I used to love going on holiday when I was a child, although we always used to go to the same place: a cottage near a farm in South Devon. We used to go for a fortnight in August each year, but I had always packed my bag by the middle of June. As soon as we arrived, I would run around the cottage to see if anything had changed since the previous year. When we had unpacked, we used to walk to the beach. It was a lovely walk, down narrow country lanes lined with beautiful wild flowers. I wish I could go back there, but the cottage has been sold.  
**2**  
Oh yes, I have great memories of our family holidays – not! My dad seemed to think it would be good for us to go camping each year. By camping, I don’t mean on a campsite – oh, no – I’m talking about putting up a tent in the middle of nowhere. We used to wash every morning in a freezing cold river, and then go looking for wood to make a fire to cook our lunch. We took all of our food with us: tinned sausages and noodles in a pot – delicious! It’s true that those camping holidays made the family grow closer, but you could hardly say they were enjoyable!  
**3**  
Family holidays? Ugh! I used to hate every minute of them. I’ve got two younger brothers, so we always used to go away with my aunt and uncle and my six-year-old cousins – also boys. So while the adults were off having fun, I was put in charge of the little ones. Every day was the same: they would run around on the beach like hooligans until one of them got hurt. Then, they would all rush off and tell my parents. You can guess who got the blame! Honestly, I don’t know if I’ll ever be able to forgive my parents for putting me through so much misery each year.  
**4**  
I guess I was really lucky as a child because my parents took me to all sorts of wonderful places. One year, we’d fly to Paris to see the sights, and the next we’d be island hopping in Greece. I’m an only child, but I never got bored when we were away; my parents always made sure that we were doing something I liked. My best holiday was the time we visited a tiger sanctuary in Thailand. You could go right up to the animals and touch them – it was amazing! I can’t thank my parents enough for those holidays – it’s because of them that I love travelling so much.  
**Tạm dịch**  
*1*  
*Tôi từng thích đi nghỉ khi còn nhỏ, mặc dù chúng tôi luôn đến cùng một nơi: một ngôi nhà nhỏ gần một trang trại ở Nam Devon. Chúng tôi thường đi hai tuần vào tháng 8 hàng năm, nhưng tôi luôn thu xếp hành lý vào giữa tháng 6. Vừa đến nơi, tôi chạy quanh nhà xem có gì thay đổi so với năm trước không. Sau khi dọn đồ xong, chúng tôi thường đi bộ ra bãi biển. Đó là một chuyến đi bộ đáng yêu, dọc theo những con đường nông thôn hẹp với những bông hoa dại xinh đẹp. Tôi ước tôi có thể quay lại đó, nhưng ngôi nhà đã bị bán rồi.*  
*2*  
*Ồ vâng, tôi có những kỷ niệm tuyệt vời về những kỳ nghỉ của gia đình chúng tôi – không phải! Bố tôi dường như nghĩ rằng việc chúng tôi đi cắm trại hàng năm sẽ rất tốt. Khi nói cắm trại, ý tôi không phải là ở khu cắm trại – ồ, không – tôi đang nói về việc dựng lều ở một nơi hoang vu. Chúng tôi thường tắm rửa mỗi buổi sáng dưới dòng sông lạnh cóng, rồi đi kiếm củi để nhóm lửa nấu bữa trưa. Chúng tôi mang theo tất cả đồ ăn: xúc xích đóng hộp và mì trong nồi – ngon tuyệt! Đúng là những kỳ nghỉ cắm trại đó đã khiến gia đình trở nên thân thiết hơn, nhưng bạn khó có thể nói rằng chúng thật thú vị!*  
*3*  
*Kỳ nghỉ gia đình? Ờ! Tôi đã từng ghét từng phút của chúng. Tôi có hai đứa em trai, vì vậy chúng tôi luôn đi xa với dì, chú và những đứa em họ sáu tuổi của tôi – cũng là con trai. Vì vậy, trong khi người lớn đi chơi vui vẻ, tôi được giao nhiệm vụ chăm sóc bọn nhỏ. Mọi ngày đều giống nhau: chúng chạy quanh bãi biển như những kẻ côn đồ cho đến khi một trong số họ bị thương. Sau đó tất cả đều chạy đi báo cho bố mẹ tôi. Bạn có thể đoán được ai là người có lỗi! Thành thật mà nói, tôi không biết liệu mình có thể tha thứ cho bố mẹ vì đã khiến tôi phải chịu quá nhiều đau khổ mỗi năm hay không.*  
*4*  
*Tôi đoán tôi thực sự may mắn khi còn nhỏ vì bố mẹ đã đưa tôi đến đủ nơi tuyệt vời. Một năm trước, chúng tôi bay đến Paris để ngắm cảnh, và năm tiếp theo chúng tôi sẽ đi đảo ở Hy Lạp. Tôi là con một nhưng tôi không bao giờ cảm thấy buồn chán khi chúng tôi đi xa; bố mẹ tôi luôn đảm bảo rằng chúng tôi đang làm điều gì đó mà tôi thích. Kỳ nghỉ tuyệt vời nhất của tôi là lần chúng tôi đến thăm khu bảo tồn hổ ở Thái Lan. Bạn có thể đến gần các loài động vật và chạm vào chúng - thật tuyệt vời! Tôi không thể cảm ơn bố mẹ đủ cho những ngày nghỉ đó – chính vì họ mà tôi rất thích đi du lịch.*  
**Lời giải chi tiết:**  
  
**2. Listen again. Match speakers 1-4 with sentences A-E. There is one extra sentence.**  
*(Lắng nghe một lần nữa. Nối người nói từ 1-4 với câu A-E. Còn một câu bị thừa.)*  
Speaker 1 ☐  
Speaker 2 ☐  
Speaker 3 ☐  
Speaker 4 ☐  
A He / She didn't get on with the rest of the family on holiday.  
B He / She had to put up with a lot of discomfort while they were away.  
C He / She used to create problems when the family went on holiday.  
D He / She looked forward to going on holiday each year.  
E He / She didn't mind travelling with his / her family.  
**Lời giải chi tiết:**  
  
A He / She didn't get on with the rest of the family on holiday.  
*(Anh ấy / Cô ấy không hòa hợp với những người còn lại trong gia đình vào kỳ nghỉ.)*  
Thông tin: “Family holidays? Ugh! I used to hate every minute of them. - Honestly, I don’t know if I’ll ever be able to forgive my parents for putting me through so much misery each year.”  
*(Ngày nghỉ gia đình? Ờ! Tôi đã từng ghét từng phút của chúng. - Thành thật mà nói, tôi không biết liệu mình có thể tha thứ cho bố mẹ vì đã khiến tôi phải chịu quá nhiều đau khổ mỗi năm hay không)*  
**=> Speaker 3**  
B He / She had to put up with a lot of discomfort while they were away.  
*(Anh ấy / Cô ấy đã phải chịu đựng rất nhiều khó chịu khi họ đi xa.)*  
Thông tin: “It’s true that those camping holidays made the family grow closer, but you could hardly say they were enjoyable!”  
*(Đúng là những chuyến cắm trại đó đã khiến gia đình trở nên thân thiết hơn, nhưng bạn khó có thể nói rằng chúng thú vị!)*  
**=> Speaker 2**  
C He / She used to create problems when the family went on holiday.  
*(Anh ấy/ Cô ấy từng gây rắc rối khi gia đình đi nghỉ.)*  
Không có người nói phù hợp với thông tin.  
D He / She looked forward to going on holiday each year.  
*(Anh ấy / Cô ấy mong được đi nghỉ mỗi năm.)*  
Thông tin: “I used to love going on holiday when I was a child, although we always used to go to the same plac - I wish I could go back there, but the cottage has been sold.”  
*(Tôi từng thích đi nghỉ khi còn nhỏ, mặc dù chúng tôi luôn đến cùng một nơi - Tôi ước mình có thể quay lại đó, nhưng ngôi nhà đã bị bán rồi.)*  
**=> Speaker 1**  
E He / She didn't mind travelling with his / her family.  
*(Anh ấy / Cô ấy không ngại đi du lịch cùng gia đình anh ấy / cô ấy.)*  
Thông tin: “I’m an only child, but I never got bored when we were away; my parents always made sure that we were doing something I liked.”  
*(Tôi là con một nhưng tôi không bao giờ cảm thấy buồn chán khi chúng tôi đi xa; bố mẹ tôi luôn đảm bảo rằng chúng tôi đang làm điều gì đó mà tôi thích.)*  
**=> Speaker 4**  
**Speaking**  
**3. Work in pairs. A family that you know is planning their summer holiday. The family is composed of the parents, who are in their forties, their children, a teenage daughter and an eight-year-old son, and the children's seventy-year-old grandfather. Give the family some advice about the holiday. Discuss the following points:**  
**• where they could go**  
**• where they could stay**  
**• how they could travel**  
**• what they could do together**  
*(Làm việc theo cặp. Một gia đình mà bạn biết đang lên kế hoạch cho kỳ nghỉ hè của họ. Gia đình gồm có cha mẹ đều ở độ tuổi bốn mươi, các con của họ, một cô con gái tuổi teen và một cậu con trai tám tuổi, và ông nội bảy mươi tuổi của bọn trẻ. Hãy cho gia đình một số lời khuyên về kỳ nghỉ. Thảo luận các điểm sau:*  
*• họ có thể đi đâu*  
*• nơi họ có thể ở*  
*• làm thế nào họ có thể đi du lịch*  
• *những gì họ có thể làm cùng nhau)*  
**Lời giải chi tiết:**  
My Dearest Family,  
Congratulations on deciding to embark on this summer vacation! I'm thrilled to share some suggestions to ensure our family has a fantastic and meaningful holiday.  
For the destination, I believe Charleston, South Carolina is an excellent choice. This city not only exudes historical charm but also boasts beautiful beaches and a variety of family-friendly activities.  
In terms of accommodation, consider a family-friendly resort or a vacation rental close to both the historic district and the beach. This provides easy access to attractions while ensuring a comfortable and spacious environment for the entire family.  
As for transportation, a combination of a short flight and a rental car would be convenient, minimizing travel time and allowing flexibility for exploration. Ensure the mode of transportation accommodates Grandpa's comfort and specific needs.  
Plan a mix of activities catering to the interests of the teenage daughter, the eight-year-old son, and Grandpa. A guided historical tour of the city, a family beach day, and perhaps a visit to a local science museum or aquarium could be great choices.  
Maintain a balance between exploration and relaxation by designating days for historical city exploration and others for unwinding at the beach or by the resort's pool.  
For health and safety, pack a basic first aid kit, any necessary medications, and items to ensure Grandpa's comfort. Familiarize yourselves with nearby medical facilities, just in case.  
By considering these aspects, I am confident our summer holiday in Charleston will be delightful for every member of our family. Here's to creating lasting memories together!  
Warm regards,  
Janet.  
**Tạm dịch**  
*Gia đình thân mến của tôi,*  
*Chúc mũng các bạn đã quyết định cho kỳ nghỉ hè này! Tôi rất vui khi được chia sẻ một số đề xuất để gia đình chúng ta có một kỳ nghỉ tuyệt vời và ý nghĩa.*  
*Đối với điểm đến, tôi nghĩ rằng Charleston, Nam Carolina là một sự lựa chọn tuyệt vời. Thành phố này không chỉ mang đến không khí lịch sử mà còn có bãi biển tuyệt vời và nhiều hoạt động phù hợp cho cả gia đình.*  
*Để lựa chọn chỗ ở, bạn có thể tìm kiếm một khu nghỉ dưỡng phù hợp cho gia đình hoặc một căn hộ cho thuê gần cả khu phố cổ và bãi biển.*  
*Về phương tiện di chuyển, việc kết hợp chuyến bay ngắn và sau đó thuê xe là lựa chọn thức sự thuận tiện. Điều này giúp gia đình di chuyển linh hoạt và đảm bảo sự thuận lợi cho ông nội.*  
*Về các hoạt động, tôi nghĩ nên kết hợp cả những điều lịch sử và nghỉ ngơi. Một chuyến tham quan lịch sử cùng với một ngày trên bãi biển hoặc bơi lội ở hồ bơi khu nghỉ dưỡng sẽ tạo ra một kỳ nghỉ cân đối.*  
*Chúc gia đình có một kỳ nghỉ vui vẻ và tràn đầy niềm vui tại Charleston! Hãy chơi thật nhiều và tận hưởng những khoảnh khắc đáng nhớ.*  
*Trân trọng,*  
*Janet.*  
**Reading**  
**4. Read the article. Match sentences A-G with gaps 1-5 in the article. There are two extra sentences.**  
*(Đọc bài viết. Nối các câu A-G với khoảng trống 1-5 trong bài. Có hai câu bị thừa.)*  
**A** She asked Ann and Elizabeth to take part in her research, and they agreed.  
**B** The thing that most twins always want to know is which of them was born first.  
**C** When she was an adult, she made several attempts to locate her, but without success.  
**D** There she met her husband and went back with him to settle in the USA.  
**E** The reason for so much emotion is that twin sisters Ann Hunt and Elizabeth Hamel have not seen each other since they were babies, 78 years ago.  
**F** She doesn't think her adoptive mother had any idea she was a twin.  
**G** In 2001, Ann collected a copy of her own birth certificate from the register office and the search began.  
**Together again – after 78 years!**  
Imagine the scene: two sisters in their seventies running to greet each other with tears in their eyes. 'Lizzie, Lizzie, how lovely!' shouts one. How lovely to see you in the flesh!' cries the other. **1\_\_\_\_\_\_\_\_** According to the Guinness World Records, the two women are the longest separated twins ever.  
The twins' mother, Alice Lamb, was unable to bring up both girls because she was a domestic cook in the house of an employer. She gave Ann up for adoption because she was the healthier of the two. Ann was fourteen when she found out she was adopted, and once her adoptive mother died, she decided to start looking for her birth mother. **2\_\_\_\_\_\_\_\_** With the help of her daughter, she also found a copy of Alice's birth certificate, and later the two discovered that Alice had married a man who already had a son called Albert.  
Alice's stepson had died, but his son was able to tell them that Alice had a daughter in the USA. That was how they found out about Elizabeth.  
Alice Lamb had originally intended for both of her daughters to be adopted, but in the end, she had to keep Elizabeth because of her poor health. At first, Elizabeth stayed with an aunt and then with a woman who did not care for her properly, prompting Alice to take Elizabeth to live with her in the house where she worked. Elizabeth remembers her mother telling her when she was fifteen that she was a twin, but at the time she thought it would be impossible to find her sister. **3\_\_\_\_\_\_\_\_** So she was more than delighted to receive Ann's letter in 2014, and minutes after reading it, the two were talking on the phone.  
The reunion was arranged in Los Angeles at the invitation of psychologist Nancy Segal, who has been studying twins separated at birth for nearly forty years. During her studies, Ms Segal has discovered that twins growing up in completely different families can share many similar attitudes. **4\_\_\_\_\_\_\_\_** At first glance, the sisters appeared to have quite a lot in common: both had married men called Jim, who had recently died, so both women became widows. Both of them were grandmothers and evidence from photos shows that they both like to pose in front of the camera.  
However, there were also big differences in their lives. After leaving school, Arn worked for a printer until she got married, and remained her life in the town where she was born. Elizabeth left school to work in a sweet shop, but after going to night school, she joined the navy and moved to Malta. **5\_\_\_\_\_\_\_\_** Ms Segal is going to take a DNA sample from each twin and study all their similarities and differences to establish whether Ann and Elizabeth are identical or non-identical twins. As for the sisters themselves, the most remarkable thing for them is that after such a short time, they feel like they have known each other all their lives.  
**Phương pháp giải:**  
\*Nghĩa của các câu A – G  
**A** She asked Ann and Elizabeth to take part in her research, and they agreed.  
*(Cô ấy đề nghị Ann và Elizabeth tham gia vào nghiên cứu của cô ấy và họ đã đồng ý.)*  
**B** The thing that most twins always want to know is which of them was born first.  
*(Điều mà hầu hết các cặp song sinh luôn muốn biết là ai sinh ra trước.)*  
**C** When she was an adult, she made several attempts to locate her, but without success.  
*(Khi trưởng thành, cô đã nhiều lần cố gắng tìm kiếm nhưng không thành công.)*  
**D** There she met her husband and went back with him to settle in the USA.  
*(Ở đó cô gặp chồng mình và cùng anh trở về định cư ở Mỹ.)*  
**E** The reason for so much emotion is that twin sisters Ann Hunt and Elizabeth Hamel have not seen each other since they were babies, 78 years ago.  
*(Lý do khiến nhiều người xúc động đến vậy là do hai chị em sinh đôi Ann Hunt và Elizabeth Hamel đã không gặp nhau từ khi còn bé, cách đây 78 năm.)*  
**F** She doesn't think her adoptive mother had any idea she was a twin.  
*(Cô ấy không nghĩ mẹ nuôi của mình biết cô ấy là một cặp song sinh.)*  
**G** In 2001, Ann collected a copy of her own birth certificate from the register office and the search began.  
*(Năm 2001, Ann lấy bản sao giấy khai sinh của chính mình từ văn phòng đăng ký và cuộc tìm kiếm bắt đầu.)*  
**Lời giải chi tiết:**  
  
**Bài hoàn chỉnh**  
**Together again – after 78 years!**  
Imagine the scene: two sisters in their seventies running to greet each other with tears in their eyes. 'Lizzie, Lizzie, how lovely!' shouts one. How lovely to see you in the flesh!' cries the other. **1 The reason for so much emotion is that twin sisters Ann Hunt and Elizabeth Hamel have not seen each other since they were babies, 78 years ago.** According to the Guinness World Records, the two women are the longest separated twins ever.  
The twins' mother, Alice Lamb, was unable to bring up both girls because she was a domestic cook in the house of an employer. She gave Ann up for adoption because she was the healthier of the two. Ann was fourteen when she found out she was adopted, and once her adoptive mother died, she decided to start looking for her birth mother. **2 In 2001, Ann collected a copy of her own birth certificate from the register office and the search began.** With the help of her daughter, she also found a copy of Alice's birth certificate, and later the two discovered that Alice had married a man who already had a son called Albert.  
Alice's stepson had died, but his son was able to tell them that Alice had a daughter in the USA. That was how they found out about Elizabeth.  
Alice Lamb had originally intended for both of her daughters to be adopted, but in the end, she had to keep Elizabeth because of her poor health. At first, Elizabeth stayed with an aunt and then with a woman who did not care for her properly, prompting Alice to take Elizabeth to live with her in the house where she worked. Elizabeth remembers her mother telling her when she was fifteen that she was a twin, but at the time she thought it would be impossible to find her sister. **3** **When she was an adult, she made several attempts to locate her, but without success.** So she was more than delighted to receive Ann's letter in 2014, and minutes after reading it, the two were talking on the phone.  
The reunion was arranged in Los Angeles at the invitation of psychologist Nancy Segal, who has been studying twins separated at birth for nearly forty years. During her studies, Ms Segal has discovered that twins growing up in completely different families can share many similar attitudes. **4** **She asked Ann and Elizabeth to take part in her research, and they agreed.** At first glance, the sisters appeared to have quite a lot in common: both had married men called Jim, who had recently died, so both women became widows. Both of them were grandmothers and evidence from photos shows that they both like to pose in front of the camera.  
However, there were also big differences in their lives. After leaving school, Arn worked for a printer until she got married, and remained her life in the town where she was born. Elizabeth left school to work in a sweet shop, but after going to night school, she joined the navy and moved to Malta. **5** **There she met her husband and went back with him to settle in the USA.** Ms Segal is going to take a DNA sample from each twin and study all their similarities and differences to establish whether Ann and Elizabeth are identical or non-identical twins. As for the sisters themselves, the most remarkable thing for them is that after such a short time, they feel like they have known each other all their lives.  
**Tạm dịch**  
*Lại gặp nhau sau 78 năm!*  
*Hãy tưởng tượng cảnh: hai chị em, mỗi người đã bước sang tuổi 70, chạy đến để chào mừng nhau với nước mắt trong đôi mắt. 'Lizzie, Lizzie, thật tuyệt vời!' - một người hô lên. 'Thật tuyệt vời được thấy em mặt mũi!' - người kia hét lên. Lý do của nhiều cảm xúc này là vì cặp chị em sinh đôi Ann Hunt và Elizabeth Hamel đã không gặp nhau từ khi còn là em bé, tức là 78 năm trước. Theo kỷ lục Guinness thế giới, hai phụ nữ này là cặp sinh đôi bị chia cắt lâu nhất trong lịch sử.*  
*Người mẹ của cặp sinh đôi, Alice Lamb, không thể nuôi cả hai cô gái vì bà là một đầu bếp trong nhà của một người sử dụng lao động. Bà đã đưa Ann đi nhận nuôi vì Ann khỏe mạnh hơn. Ann mới 14 tuổi khi biết mình được nhận nuôi, và sau khi mẹ nuôi của mình qua đời, cô quyết định bắt đầu tìm kiếm mẹ ruột của mình. Năm 2001, Ann lấy được bản sao của chứng minh nhân dân và bắt đầu cuộc tìm kiếm. Với sự giúp đỡ của con gái, cô cũng tìm thấy một bản sao của chứng minh nhân dân của Alice, và sau đó, họ phát hiện ra rằng Alice đã kết hôn với một người đàn ông đã có một đứa con tên Albert.*  
*Con trai kế của Alice đã mất, nhưng cháu trai của anh ấy có thể kể cho họ biết rằng Alice có một người con gái ở Mỹ. Đó là cách họ biết được về Elizabeth.*  
*Ban đầu, Alice dự định để cả hai cô con gái của mình đều được nhận nuôi, nhưng cuối cùng, bà phải giữ lại Elizabeth vì sức khỏe yếu đuối. Ban đầu, Elizabeth ở với một bà dì và sau đó là một người phụ nữ chăm sóc không tốt cô, khiến Alice phải đưa Elizabeth về sống với mình trong ngôi nhà mà bà làm việc. Elizabeth nhớ mẹ nói với cô khi cô 15 tuổi rằng cô là sinh đôi, nhưng vào thời điểm đó, cô nghĩ đó là điều không thể. Khi trở thành người lớn, cô đã cố gắng nhiều lần để tìm ra chị em của mình, nhưng không thành công. Vì vậy, cô rất vui mừng khi nhận được lá thư của Ann vào năm 2014, và chỉ vài phút sau khi đọc lá thư, cả hai đã nói chuyện qua điện thoại.*  
*Cuộc gặp lại được sắp xếp tại Los Angeles theo lời mời của nhà tâm lý học Nancy Segal, người đã nghiên cứu về những cặp sinh đôi bị chia cắt từ khi mới sinh cho đến gần bốn mươi năm. Trong suốt quá trình nghiên cứu của mình, bà Segal đã phát hiện ra rằng những sinh đôi lớn lên trong các gia đình hoàn toàn khác nhau có thể chia sẻ nhiều quan điểm tương đồng. Bà đã yêu cầu Ann và Elizabeth tham gia nghiên cứu của mình, và họ đồng ý.*  
*Vào cái nhìn đầu tiên, những chị em này có vẻ có nhiều điểm chung: cả hai đều kết hôn với những người đàn ông tên là Jim, người sau đó đã qua đời, khiến cả hai người trở thành người góa phụ. Cả hai đều là bà ngoại, và hình ảnh từ bức ảnh cho thấy cả hai đều thích tạo dáng trước ống kính máy ảnh.*  
*Tuy nhiên, cũng có những khác biệt lớn trong cuộc sống của họ. Sau khi tốt nghiệp trung học, Ann làm việc cho một công ty in ấn cho đến khi cô kết hôn và sống cả đời ở thị trấn mình sinh ra. Elizabeth rời trường để làm việc trong một cửa hàng kẹo, nhưng sau khi đi học vào buổi tối, cô gia nhập hải quân và chuyển đến Malta. Ở đó, cô gặp chồng và quay về sống ở Mỹ với anh ấy. Bà Segal sẽ lấy mẫu DNA từ mỗi chị em và nghiên cứu tất cả những điểm tương đồng và khác biệt của họ để xác định liệu Ann và Elizabeth có phải là sinh đôi đa hay không. Còn với chính chị em, điều đáng chú ý nhất là sau thời gian ngắn như vậy, họ cảm thấy như đã biết nhau cả đời.*  
**5. Read the text again with the missing sentences. Underline the word or words in the sentences before or after the gap that link with vocabulary in the missing sentences.**  
*(Đọc lại đoạn văn với những câu còn thiếu. Gạch dưới từ hoặc các từ trong câu trước hoặc sau chỗ trống liên kết với từ vựng trong câu còn thiếu.)*  
**Lời giải chi tiết:**  
1 with tears in their eyes, cries = so much emotion  
*(với đôi mắt đẫm lệ, khóc = rất nhiều cảm xúc)*  
2 start looking for = the search began  
*(bắt đầu tìm kiếm = việc tìm kiếm bắt đầu)*  
3 she thought it would be impossible = without success  
*(cô ấy nghĩ điều đó là không thể = không thành công)*  
4 at the invitation of = She asked … to take part in her research  
*(theo lời mời của = Cô ấy yêu cầu … tham gia nghiên cứu của mình)*  
5 Malta = There  
*(Malta = Ở đó)*  
**Together again – after 78 years!**  
Imagine the scene: two sisters in their seventies running to greet each other with tears in their eyes. 'Lizzie, Lizzie, how lovely!' shouts one. How lovely to see you in the flesh!' cries the other. **1 The reason for so much emotion is that twin sisters Ann Hunt and Elizabeth Hamel have not seen each other since they were babies, 78 years ago.** According to the Guinness World Records, the two women are the longest separated twins ever.  
The twins' mother, Alice Lamb, was unable to bring up both girls because she was a domestic cook in the house of an employer. She gave Ann up for adoption because she was the healthier of the two. Ann was fourteen when she found out she was adopted, and once her adoptive mother died, she decided to start looking for her birth mother. **2 In 2001, Ann collected a copy of her own birth certificate from the register office and the search began.** With the help of her daughter, she also found a copy of Alice's birth certificate, and later the two discovered that Alice had married a man who already had a son called Albert.  
Alice's stepson had died, but his son was able to tell them that Alice had a daughter in the USA. That was how they found out about Elizabeth.  
Alice Lamb had originally intended for both of her daughters to be adopted, but in the end, she had to keep Elizabeth because of her poor health. At first, Elizabeth stayed with an aunt and then with a woman who did not care for her properly, prompting Alice to take Elizabeth to live with her in the house where she worked. Elizabeth remembers her mother telling her when she was fifteen that she was a twin, but at the time she thought it would be impossible to find her sister. **3** **When she was an adult, she made several attempts to locate her, but without success.** So she was more than delighted to receive Ann's letter in 2014, and minutes after reading it, the two were talking on the phone.  
The reunion was arranged in Los Angeles at the invitation of psychologist Nancy Segal, who has been studying twins separated at birth for nearly forty years. During her studies, Ms Segal has discovered that twins growing up in completely different families can share many similar attitudes. **4** **She asked Ann and Elizabeth to take part in her research, and they agreed.** At first glance, the sisters appeared to have quite a lot in common: both had married men called Jim, who had recently died, so both women became widows. Both of them were grandmothers and evidence from photos shows that they both like to pose in front of the camera.  
However, there were also big differences in their lives. After leaving school, Arn worked for a printer until she got married, and remained her life in the town where she was born. Elizabeth left school to work in a sweet shop, but after going to night school, she joined the navy and moved to Malta. **5** **There she met her husband and went back with him to settle in the USA.** Ms Segal is going to take a DNA sample from each twin and study all their similarities and differences to establish whether Ann and Elizabeth are identical or non-identical twins. As for the sisters themselves, the most remarkable thing for them is that after such a short time, they feel like they have known each other all their lives.  
  
**Grammar and vocabulary**  
**6. Choose the correct answers.**  
*(Chọn những đáp án đúng.)*  
HAPPIEST AGE  
They say that good things come to those that wait and, according to a recent survey, the saying appears to be true. The survey, carried out by **1\_\_\_\_\_\_\_\_** electronics company, found that the happiest age for working people in the UK is 58. The results revealed that people generally **2\_\_\_\_\_\_\_\_** find happiness until this time because there is so much going on in their lives. **3\_\_\_\_\_\_\_\_** most stressful age seems to be the thirties because it is the time when couples often decide to **4\_\_\_\_\_\_\_\_** a family. Although it is obviously a joyful occasion when a baby **5\_\_\_\_\_\_\_\_**, it can take a little time to **6\_\_\_\_\_\_\_\_** having an infant in the house.  
**7\_\_\_\_\_\_\_\_** with sleepless nights is one thing if you don't have to get up early the next morning, but it is quite another if you need to **8\_\_\_\_\_\_\_\_** your boss's expectations at work. Analysing the study reveals that things get easier as children **9\_\_\_\_\_\_\_\_,** and by the time parents reach their fifties, they are feeling better about their lifestyles. Of course, the prospect of retiring in the near future may be one reason for this. And for some, a further cause for celebration may be the news that they **10\_\_\_\_\_\_\_\_** become grandparents.  
  
  
1  
a an  
b the  
с а  
  
  
2  
a doesn't  
b don't  
c isn't  
  
  
3  
a A  
b An  
c The  
  
  
4  
a do  
b make  
c start  
  
  
5  
a is born  
b born  
c are born  
  
  
6  
a be used to  
b get used to  
c used to  
  
  
7  
a Getting away  
b Getting on  
c Putting up  
  
  
8  
a live up to  
b get up to  
c look up to  
  
  
9  
a bring up  
b grow up  
c make up  
  
  
10  
a are  
b are going to  
c will  
  
**Lời giải chi tiết:**  
  
**1. a**  
- Theo sau mạo từ “an” là đối tượng được nhắc đến lần đầu, không xác định cụ thể và bắt đầu bằng nguyên âm.  
The survey, carried out by **an** electronics company.  
*(Cuộc khảo sát được thực hiện bởi một công ty điện tử.)*  
=> Chọn a  
**2. b**  
- Trước động từ thường nguyên mẫu “find” cần một trợ động từ phủ định. “people” *(mọi người)* là chủ ngữ số nhiều nên trợ động từ là “don’t”  
The results revealed that people generally **don’t** find happiness until this time.  
*(Kết quả cho thấy mọi người thường không tìm thấy hạnh phúc cho đến thời điểm này)*  
=> Chọn b  
**3. c**  
- Mạo từ “the” được dùng trong cấu trúc so sánh nhất “the most”.  
**The** most stressful age seems to be the thirties.  
*(Độ tuổi căng thẳng nhất dường như là độ tuổi ba mươi.)*  
=> Chọn c  
**4. c**  
a do (v): làm  
b make (v): làm ra  
c start (v): bắt đầu  
it is the time when couples often decide to **start** a family.  
*(đó là thời điểm các cặp đôi thường quyết định lập gia đình.)*  
=> Chọn c  
**5. a**  
Cấu trúc thì hiện tại đơn ở dạng khẳng định ở dạng bị động chủ ngữ số ít: S + is + V3/ed.  
Although it is obviously a joyful occasion when a baby **is born**…  
*(Mặc dù rõ ràng đây là một dịp vui mừng khi một em bé chào đời…)*  
=> Chọn a  
**6. b**  
a be used to + V-ing: quen với  
b get used to + V-ing: dần quen với  
c used to + Vo: đã từng  
Although it is obviously a joyful occasion when a baby is born, it can take a little time to **get used to** having an infant in the house.  
*(Mặc dù rõ ràng đây là một dịp vui mừng khi một em bé chào đời nhưng có thể phải mất một thời gian ngắn để làm quen với việc có em bé trong nhà.)*  
=> Chọn b  
**7. c**  
a Getting away (phr.v): đi xa  
b Getting on (phr.v): lên tàu  
c Putting up + with (phr.v): chịu đựng  
**Putting up** with sleepless nights is one thing if you don't have to get up early the next morning…  
*(Chịu đựng những đêm mất ngủ là một chuyện nếu sáng hôm sau không phải dậy sớm)*  
=> Chọn c  
**8. a**  
a live up to (phr.v): đáp ứng  
b get up to (phr.v): thức dậy  
c look up to (phr.v): ngưỡng mộ  
if you need to **live up to** your boss's expectations at work.  
*(nếu bạn cần đáp ứng mong đợi của sếp tại nơi làm việc.)*  
=> Chọn a  
**9. b**  
a bring up (phr.v): nuôi lớn  
b grow up (phr.v): lớn lên  
c make up (phr.v): dựng nên  
Analysing the study reveals that things get easier as children **grow up.**  
*(Phân tích nghiên cứu cho thấy mọi thứ trở nên dễ dàng hơn khi trẻ lớn lên.)*  
=> Chọn b  
**10. b**  
- Cấu trúc thì tương lai gần: S + tobe + going to + Vo (nguyên thể).  
And for some, a further cause for celebration may be the news that they **are going to** become grandparents.  
*(Và đối với một số người, một lý do nữa để ăn mừng có thể là tin họ sắp lên chức ông bà.)*  
=> Chọn b  
**Bài hoàn chỉnh**  
HAPPIEST AGE  
They say that good things come to those that wait and, according to a recent survey, the saying appears to be true. The survey, carried out by **an** electronics company, found that the happiest age for working people in the UK is 58. The results revealed that people generally **don’t** find happiness until this time because there is so much going on in their lives. **The** most stressful age seems to be the thirties because it is the time when couples often decide to **start** a family. Although it is obviously a joyful occasion when a baby **is born**, it can take a little time to **get used to** having an infant in the house.  
**Put up** with sleepless nights is one thing if you don't have to get up early the next morning, but it is quite another if you need to **live up to** your boss's expectations at work. Analysing the study reveals that things get easier as children **grow up,** and by the time parents reach their fifties, they are feeling better about their lifestyles. Of course, the prospect of retiring in the near future may be one reason for this. And for some, a further cause for celebration may be the news that they **are going to** become grandparents.  
**Tạm dịch**  
*TUỔI HẠNH PHÚC NHẤT*  
*Người ta nói rằng những điều tốt đẹp sẽ đến với những ai biết chờ đợi và theo một cuộc khảo sát gần đây, câu nói đó có vẻ đúng. Cuộc khảo sát do một công ty điện tử thực hiện cho thấy độ tuổi hạnh phúc nhất đối với người đi làm ở Anh là 58. Kết quả cho thấy mọi người thường không tìm thấy hạnh phúc cho đến thời điểm này vì có quá nhiều thứ xảy ra trong cuộc sống của họ. Độ tuổi căng thẳng nhất dường như là độ tuổi ba mươi vì đó là thời điểm các cặp đôi thường quyết định lập gia đình. Mặc dù rõ ràng đây là một dịp vui mừng khi một em bé chào đời nhưng có thể phải mất một thời gian ngắn để làm quen với việc có em bé trong nhà.*  
*Chịu đựng những đêm mất ngủ là một chuyện nếu bạn không phải dậy sớm vào sáng hôm sau, nhưng lại là chuyện khác nếu bạn cần đáp ứng mong đợi của sếp ở nơi làm việc. Phân tích nghiên cứu cho thấy mọi thứ trở nên dễ dàng hơn khi trẻ lớn lên và khi cha mẹ bước sang tuổi 50, họ cảm thấy tốt hơn về lối sống của mình. Tất nhiên, viễn cảnh nghỉ hưu trong tương lai gần có thể là một lý do cho điều này. Và đối với một số người, một lý do nữa để ăn mừng có thể là tin họ sắp lên chức ông bà.*  
**Writing**  
**7. You have received a letter from a cousin you haven't seen since you were a young child. In the letter, your cousin says he/she wants to visit you. Write a reply in which you:**  
**• apologise for not writing back sooner.**  
**• say how happy you are about the visit and remind your cousin about the last time you met.**  
**• explain what you are doing now.**  
**• request a recent photo of your cousin.**  
*(Bạn nhận được một lá thư từ một người anh họ mà bạn chưa từng gặp từ khi còn nhỏ. Trong thư, anh họ của bạn nói rằng anh ấy/cô ấy muốn đến thăm bạn. Viết một câu trả lời trong đó bạn:*  
*• xin lỗi vì đã không viết lại sớm hơn.*  
*• nói rằng bạn rất vui về chuyến thăm và nhắc nhở người họ hàng của bạn về lần cuối cùng bạn gặp nhau.*  
*• giải thích những gì bạn đang làm bây giờ.*  
*• yêu cầu một bức ảnh gần đây của anh họ của bạn.)*  
**Lời giải chi tiết:**  
**Bài tham khảo**  
Dear Tam,  
I hope this letter finds you in good health and high spirits. Firstly, let me extend my sincerest apologies for not writing back to you sooner. Life has been quite busy on my end, and time seems to have slipped away.  
I was absolutely thrilled to receive your letter and learn about your plans to visit. The idea of reconnecting after all these years brings back fond memories of our last meeting, which seems like a lifetime ago. I vividly recall the laughter, the stories, and the joy we shared. It will be wonderful to catch up and create new memories together.  
As for me, I've been keeping busy with my job. Life has its twists and turns, but overall, I can't complain. I'm looking forward to sharing more about my experiences when we meet.  
In anticipation of your visit, I was wondering if you could send me a recent photo of yourself. It would be lovely to put a face to the words in your letters and see how time has treated you.  
I'm eagerly counting down the days until your visit. Please let me know if there's anything specific you'd like to do or if there's anything you need to make your stay more comfortable. I'm already planning some activities that I think you'll enjoy.  
Looking forward to our reunion!  
Warm regards,  
Janet.  
**Tạm dịch**  
*Tâm thân mến,*  
*Tôi hy vọng lá thư này đến với bạn với sức khỏe tốt và tinh thần phấn chấn. Đầu tiên, hãy để tôi gửi lời xin lỗi chân thành nhất vì đã không viết thư lại cho bạn sớm hơn. Cuộc sống của tôi khá bận rộn và thời gian dường như trôi đi rất nhanh.*  
*Tôi thực sự vui mừng khi nhận được thư của bạn và biết về kế hoạch chuyến thăm của bạn. Ý tưởng kết nối lại sau ngần ấy năm gợi lại những kỷ niệm đẹp đẽ về cuộc gặp gỡ cuối cùng của chúng ta, tưởng chừng như đã cách đây cả đời. Tôi nhớ lại một cách sống động những tiếng cười, những câu chuyện và niềm vui mà chúng ta đã chia sẻ. Sẽ thật tuyệt vời khi được cùng nhau bắt chuyện và tạo nên những kỷ niệm mới.*  
*Còn tôi, tôi vẫn bận rộn với công việc của mình. Cuộc sống có những khúc mắc, nhưng nhìn chung, tôi không thể phàn nàn. Tôi rất mong được chia sẻ thêm về kinh nghiệm của mình khi chúng ta gặp nhau.*  
*Để chuẩn bị cho chuyến thăm của bạn, tôi tự hỏi liệu bạn có thể gửi cho tôi một bức ảnh gần đây của bạn không. Sẽ thật tuyệt vời khi nhìn vào những từ trong thư của bạn và xem thời gian đã đối xử với bạn như thế nào.*  
*Tôi háo hức đếm ngược từng ngày cho đến khi bạn ghé thăm. Vui lòng cho tôi biết nếu bạn có điều gì cụ thể muốn làm hoặc nếu bạn cần bất cứ điều gì để giúp bạn ở lại thoải mái hơn. Tôi đã lên kế hoạch cho một số hoạt động mà tôi nghĩ bạn sẽ thích.*  
*Mong chờ cuộc hội ngộ của chúng ta!*  
*Thân mến,*  
*Janet.*  
**Xem thêm lời giải bài tập Tiếng Anh lớp 11 sách Friends Global hay khác:**  
**Cumulative Review 2 (Units I-3)**  
**Cumulative Review 3 (Units I-5)**  
**Cumulative Review 4 (Units I-7)**  
**Cumulative Review 5 (Units I-8)**  
**Xem thêm lời giải bài tập Tiếng Anh lớp 11 sách Friends Global hay khác:**  
Unit 4: Home  
Unit 5: Technology  
Unit 6: High flyers  
Unit 7: Artists  
Unit 8: Cities  
**Cumulative Review 2 (Units I-3)**  
**Listening**  
**1. Read the sentences and practise saying the numbers. Then listen to an interview with an endurance cyclist. Are the sentences true (T) or false (F)?**  
*(Đọc các câu và thực hành nói các con số. Sau đó hãy nghe cuộc phỏng vấn với một vận động viên đua xe đạp sức bền. Các câu này đúng (T) hay sai (F)?)*  
1 The distance an endurance cyclist usually cycles is between 50 and 100 kilometres. ☐  
2 Participants in the Paris-Brest-Paris event have to complete the course in 90 hours. ☐  
3 The French event started back in 1871. ☐  
4 The winners of the Race Across America sleep for less than two hours a day. ☐  
5 In the American event, the fastest cyclists ride around 800 km per day. ☐  
**Phương pháp giải:**  
**Bài nghe**  
**Host:** Endurance sports seem to be more popular than ever these days, especially in the case of cycling. Endurance cyclist Mike Croxford is with us today to tell us more about his sport. Mike, what’s the difference between endurance cycling and ordinary cycling?  
**Guest:** Basically, it’s a question of distance. An ordinary cyclist will ride for about 50 to 100 kilometres and then stop, whereas the minimum for an endurance cyclist is at least 200 kilometres. Endurance cyclists ride just as fast as normal cyclists; it’s just that they go on for much longer.  
**Host:** Mike, are there any special sports events for endurance cyclists to take part in?  
**Guest:** Yes. Yes, there are. One of the most well-known events is the Paris–Brest–Paris ride, which is held in France every four years. Participants have to complete the 1,200 kilometres from Paris to Brest and back in a time limit of 90 hours. This doesn’t give cyclists much time to rest; when they feel the need to sleep, they just get off their bikes and lie down by the side of the road for a ten-minute nap. When they wake up, they get back onto their bikes and carry on.  
**Host:** That sounds like a real challenge, Mike. How long do the winners usually take to finish?  
**Guest:** Paris–Brest–Paris isn’t actually a race, so we need to talk about first place finishers rather than winners. The first time the event was held, back in 1891, the fastest cyclist finished in a time of just over 71 hours, but these days the first cyclists complete the course in less than 45 hours.  
**Host:** That’s quite an achievement! Are there any other important endurance cycling events?  
**Guest:** Yes, there are. Probably the most difficult event for endurance cyclists is the Race Across America, a ride from the east coast of America to the west, which covers over 4,800 kilometres. In contrast to Paris–Brest–Paris, this event is, in fact, a race with a winner. Riders can compete either individually or in teams, and the race has a twelve-day time limit. To complete the course, racers can’t afford to sleep for more than four hours a day at the most, and the riders at the front sleep for as little as 90 minutes.  
**Host:** And how long do the winners take to finish this event, Mike?  
**Guest:** The winner finishes in just over eight days, which means cycling between 300 and 450 kilometres per day with very little sleep. As you can imagine, those that manage to complete the course are absolutely exhausted when they finish. A lot of competitors drop out because of an injury to a muscle in the neck, which is specific to long-distance cycling.  
**Host:** I’m not surprised! I’m afraid that’s all we’ve got time for, Mike. Thank you so much for joining us  
**Tạm dịch**  
*Người dẫn chương trình: Những môn thể thao sức bền ngày nay dường như được ưa chuộng hơn bao giờ hết, đặc biệt là môn đạp xe. Vận động viên đua xe đạp sức bền Mike Croxford có mặt cùng chúng tôi hôm nay để kể cho chúng tôi biết thêm về môn thể thao của anh ấy. Mike, sự khác biệt giữa đạp xe sức bền và đạp xe thông thường là gì?*  
*Khách: Về cơ bản, đó là vấn đề khoảng cách. Một người đi xe đạp bình thường sẽ đạp xe khoảng 50 đến 100 km rồi dừng lại, trong khi mức tối thiểu đối với một người đi xe đạp sức bền là ít nhất 200 km. Người đi xe đạp sức bền đạp xe nhanh như người đi xe đạp bình thường; chỉ là chúng tiếp tục lâu hơn nữa.*  
*Người dẫn chương trình: Mike, có sự kiện thể thao đặc biệt nào dành cho những người đi xe đạp sức bền tham gia không?*  
*Khách: Vâng, có. Một trong những sự kiện nổi tiếng nhất là chuyến đi Paris–Brest–Paris, được tổ chức tại Pháp bốn năm một lần. Những người tham gia phải hoàn thành quãng đường 1.200 km từ Paris đến Brest và quay lại trong thời gian 90 giờ. Điều này không giúp người đi xe đạp có nhiều thời gian để nghỉ ngơi; khi cảm thấy cần ngủ, họ chỉ cần xuống xe và nằm bên vệ đường chợp mắt mười phút. Khi thức dậy, họ lại lên xe đạp và tiếp tục.*  
*Người dẫn chương trình: Nghe có vẻ là một thử thách thực sự đấy, Mike. Những người chiến thắng thường mất bao lâu để hoàn thành?*  
*Khách mời: Paris–Brest–Paris thực ra không phải là một cuộc đua, vì vậy chúng ta cần nói về những người về đích đầu tiên hơn là những người chiến thắng. Sự kiện này lần đầu tiên được tổ chức vào năm 1891, người đi xe đạp nhanh nhất đã về đích trong thời gian chỉ hơn 71 giờ, nhưng ngày nay những người đi xe đạp đầu tiên đã hoàn thành chặng đường trong vòng chưa đầy 45 giờ.*  
*Người dẫn chương trình: Đó đúng là một thành tích! Có sự kiện đạp xe sức bền quan trọng nào khác không?*  
*Khách: Có, có đấy. Có lẽ sự kiện khó khăn nhất đối với những người đi xe đạp sức bền là Race Across America, một chuyến đi từ bờ biển phía đông nước Mỹ đến phía tây, trải dài hơn 4.800 km. Ngược lại với Paris–Brest–Paris, sự kiện này trên thực tế là một cuộc đua có người chiến thắng. Các tay đua có thể thi đấu cá nhân hoặc theo đội và cuộc đua có thời hạn 12 ngày. Để hoàn thành chặng đua, các tay đua không được phép ngủ nhiều nhất là 4 giờ mỗi ngày và các tay đua phía trước chỉ ngủ ít nhất 90 phút.*  
*Người dẫn chương trình: Và người chiến thắng mất bao lâu để hoàn thành sự kiện này, Mike?*  
*Khách: Người chiến thắng về đích chỉ sau hơn tám ngày, nghĩa là đạp xe từ 300 đến 450 km mỗi ngày với rất ít thời gian ngủ. Như bạn có thể tưởng tượng, những người cố gắng hoàn thành đường đua sẽ hoàn toàn kiệt sức khi kết thúc. Rất nhiều vận động viên bỏ cuộc vì chấn thương cơ ở cổ, đặc trưng của môn đạp xe đường dài.*  
*Người dẫn chương trình: Tôi không ngạc nhiên! Tôi e rằng đó là tất cả những gì chúng ta có thời gian, Mike. Cảm ơn bạn rất nhiều vì đã tham gia với chúng tôi.*  
**Lời giải chi tiết:**  
  
1 The distance an endurance cyclist usually cycles is between 50 and 100 kilometres.  
*(Quãng đường mà một người đi xe đạp sức bền thường đạp xe là từ 50 đến 100 km.)*  
Thông tin: “the minimum for an endurance cyclist is at least 200 kilometres.”  
*(mức tối thiểu đối với một người đi xe đạp sức bền là ít nhất 200 km.)*  
**=> Chọn False**  
2 Participants in the Paris-Brest-Paris event have to complete the course in 90 hours.  
*(Những người tham gia sự kiện Paris-Brest-Paris phải hoàn thành đường đua trong 90 giờ.)*  
Thông tin: “Participants have to complete the 1,200 kilometres from Paris to Brest and back in a time limit of 90 hours.”  
*(Người tham gia phải hoàn thành quãng đường 1.200 km từ Paris đến Brest và quay lại trong thời gian giới hạn là 90 giờ.)*  
**=> Chọn True**  
3 The French event started back in 1871.  
*(Sự kiện ở Pháp bắt đầu từ năm 1871.)*  
Thông tin: “The first time the event was held, back in 1891,”  
*(Lần đầu tiên sự kiện này được tổ chức, vào năm 1891,)*  
**=> Chọn False**  
4 The winners of the Race Across America sleep for less than two hours a day.  
*(Những người chiến thắng Cuộc đua xuyên Mỹ ngủ ít hơn hai giờ mỗi ngày)*  
Thông tin: “To complete the course, racers can’t afford to sleep for more than four hours a day at the most,”  
*(Để hoàn thành chặng đua, các tay đua không được phép ngủ nhiều nhất hơn 4 tiếng mỗi ngày,)*  
**=> Chọn True**  
5 In the American event, the fastest cyclists ride around 800 km per day.  
*(Trong giải đấu ở Mỹ, những người đi xe đạp nhanh nhất đi khoảng 800 km mỗi ngày.)*  
Thông tin: “The winner finishes in just over eight days, which means cycling between 300 and 450 kilometres per day with very little sleep.”  
*(Người chiến thắng về đích chỉ sau hơn 8 ngày, nghĩa là đạp xe từ 300 đến 450 km mỗi ngày với việc ngủ rất ít.)*  
**=> Chọn False**  
**Speaking**  
**2. Work in pairs. Look at the photo and answer the questions.**  
*(Làm việc theo cặp. Nhìn vào bức ảnh và trả lời các câu hỏi.)*  
1 How do you think the people are feeling?  
2 Do you think cycling is a good way of keeping fit?  
3 What do you do to keep fit? Do you think this is enough? Why? / Why not?  
   
**Lời giải chi tiết:**  
**1 How do you think the people are feeling?**  
*(Bạn nghĩ mọi người đang cảm thấy thế nào?)*  
**Trả lời:** I think they feel a little bit tired, but I guess they are excited because cycling is good for their health.  
*(Tôi nghĩ họ cảm thấy hơi mệt, nhưng tôi đoán họ rất hào hứng vì đạp xe rất tốt cho sức khỏe.)*  
**2 Do you think cycling is a good way of keeping fit?**  
*(Bạn có nghĩ đạp xe là một cách tốt để giữ dáng?)*  
**Trả lời:** Certainly. Cycling is a great way to stay fit due to its cardiovascular benefits, muscle engagement, joint-friendly nature, and positive impact on mental well-being.  
*(Chắc chắn rồi. Đạp xe là một cách tuyệt vời để giữ dáng do nó mang lại lợi ích cho tim mạch, sự tham gia của cơ bắp, tính chất thân thiện với thiên nhiên và tác động tích cực đến sức khỏe tinh thần.)*  
**3 What do you do to keep fit? Do you think this is enough? Why? / Why not?**  
*(Bạn làm gì để giữ dáng? Bạn có nghĩ rằng điều này là đủ? Tại sao? / Tại sao không?)*  
**Trả lời:** I go to the gym to keep fit. I do it five times a week. In my opinion, it’s enough for me because I can balance the time for working and doing exercise. My aim is to lose weight and I’m trying hard to achieve my goals.  
*(Tôi đi tập gym để giữ dáng. Tôi làm điều đó năm lần một tuần. Với tôi như vậy là đủ vì tôi có thể cân bằng thời gian làm việc và tập thể dục. Mục tiêu của tôi là giảm cân và tôi đang cố gắng hết sức để đạt được mục tiêu của mình.)*  
**Reading**  
**3. Read the text and choose the correct answers.**  
*(Đọc đoạn văn và chọn câu trả lời đúng.)*  
**1** The participants of the study were asked to run  
a for a certain amount of time a day.  
b for a certain distance a day.  
c for a certain amount of time several times a day.  
d for a certain distance several times a day.  
**2** The results of the study suggest that  
a anybody can win a sports event.  
b an athlete's success can depend on the time of their event.  
c larks' are more likely to win sports events than 'owls'.  
d only the best athletes can break records.  
**3** Athletes can take advantage of these results before an event to  
a choose the time that they compete.  
b adjust the number of hours they sleep.  
c work out a bedtime schedule.  
d create a suitable training programme.  
**4** According to the article, talent spotting would be more effective if  
a testing happened at different times of the day.  
b teenagers got more sleep.  
c schoolchildren started doing sport at a younger age.  
d high performers were more enthusiastic.  
**5** The most successful football teams in Europe appear to have players  
a who get a good night's sleep before a match.  
b whose body clock coincides with the time of the matches.  
c who are used to playing in international competitions.  
d whose bedtime schedule never changes.  
**WHAT TIME IS THE MATCH?**  
Most of us are aware of the power of our body clock, the internal rhythms that turn us into 'larks' or 'owls', depending on when we prefer to sleep. But what effect does this biological phenomenon have on our sporting ability?  
A study published recently in the journal Current Biology suggests that a competitor's sleeping habits can have a dramatic impact on their performance. Researchers asked 20 female hockey players to take part in the research. At six different times of day, the players had to perform a series of 20-metre runs in shorter and shorter times. The results revealed that as a group, the players performed better in the late afternoon. But when the individual player's performances were analysed, the figures told a very different story.  
Researchers discovered a gap of around 26% between the best and the worst times achieved by the hockey players, depending on when they did the test. The early risers - the larks-performed best at 12.00, approximately eight hours earlier than the late risers - the owls - who peaked at around 20.00. The findings suggest that in every sports event, some athletes may be at a disadvantage because their bodies are not at their best at the time they compete. Their hearts could be pumping more slowly, their blood may be thicker and their muscles might not be as strong. Apparently, even a small divergence can be the difference between fourth place and producing a record-breaking performance.  
Athletes can, however, benefit from the results of the study to improve their chances of winning. This is because the body clock can be adjusted. If they know when they perform best, competitors can adapt their sleeping time to the hour of their event in order to ensure their best performance, be it on the basketball court, the athletics track or in the swimming pool.  
The study may also have implications for the selection of future sportsmen and women. Talent spotting among adolescents usually takes place during school hours, although it is a well-known fact that at least half of teenagers are 'owls'. This means that a huge number of high performers will only just be waking up when they are being observed and they won't have reached the point at which they perform best. This means that they may be missed by talent spotters who are testing at the wrong time of day.  
But the place where the study has the greatest implications is on the football pitch. The findings suggest that problems with the body clock could be the reason for England's struggles in the Champions League. These matches are usually played late in the evening, which gives an advantage to teams from countries such as Spain, which are more used to performing later in the day. This news will be reassuring for English football fans, who often despair at the performance of their players in international competitions.  
**Phương pháp giải:**  
**Tạm dịch**  
*LỊCH THI ĐẤU LÀ MẤY GIỜ?*  
*Hầu hết chúng ta đều hiểu về sức mạnh của đồng hồ sinh học, những nhịp độ nội tại biến chúng ta thành "chim" hoặc "cú", phụ thuộc vào lúc chúng ta thích ngủ. Nhưng hiện tượng sinh học này ảnh hưởng như thế nào đến khả năng thể thao của chúng ta?*  
*Một nghiên cứu được công bố gần đây trên tạp chí Current Biology cho thấy thói quen ngủ của người thi đấu có thể ảnh hưởng đặc biệt đến hiệu suất của họ. Các nhà nghiên cứu đã yêu cầu 20 cầu thủ hockey nữ tham gia nghiên cứu. Tại sáu thời điểm khác nhau trong ngày, các cầu thủ phải thực hiện một loạt các bài chạy 20 mét trong thời gian ngắn hơn và ngắn hơn. Kết quả cho thấy, nhóm cầu thủ chơi tốt nhất vào buổi chiều muộn. Nhưng khi phân tích hiệu suất của từng cầu thủ, con số kể một câu chuyện rất khác.*  
*Nhà nghiên cứu phát hiện khoảng cách khoảng 26% giữa thời gian tốt nhất và tệ nhất đạt được bởi các cầu thủ hockey, tùy thuộc vào thời điểm họ thực hiện bài kiểm tra. Những người thức dậy sớm - chim - chơi tốt nhất vào 12 giờ trưa, khoảng tám giờ sớm hơn so với những người thức dậy muộn - cú - đạt đỉnh vào khoảng 20:00. Kết quả này gợi ý rằng trong mọi sự kiện thể thao, một số vận động viên có thể bị thiệt thòi vì cơ thể họ không ở vào thời điểm tốt nhất khi thi đấu. Tim của họ có thể đập chậm hơn, máu có thể đặc hơn và cơ bắp có thể không mạnh mẽ bằng. Rõ ràng, ngay cả một sự chệch nhỏ cũng có thể là sự khác biệt giữa vị trí thứ tư và một màn trình diễn phá kỷ lục.*  
*Tuy nhiên, vận động viên có thể tận dụng từ kết quả của nghiên cứu để cải thiện cơ hội chiến thắng của họ. Điều này bởi vì đồng hồ sinh học có thể được điều chỉnh. Nếu họ biết khi họ thi đấu tốt nhất, các đối thủ có thể điều chỉnh thời gian ngủ của họ để phù hợp với giờ thi đấu, cho dù đó là trên sân bóng rổ, đường chạy hoặc trong bể bơi.*  
*Nghiên cứu cũng có thể ảnh hưởng đến việc lựa chọn vận động viên tương lai. Việc phát hiện tài năng trong số thanh thiếu niên thường diễn ra trong giờ học, mặc dù đó là một sự thật phổ biến rằng ít nhất một nửa thanh thiếu niên là "cú". Điều này có nghĩa là một số lượng lớn người chơi xuất sắc chỉ mới thức dậy khi họ đang được quan sát và họ chưa đạt đến điểm họ chơi tốt nhất. Điều này có thể dẫn đến việc bỏ lỡ những tài năng bởi những người tìm kiếm tài năng đang thử nghiệm vào thời điểm không đúng.*  
*Nhưng nơi mà nghiên cứu có ảnh hưởng lớn nhất là trên sân bóng đá. Kết quả gợi ý rằng vấn đề với đồng hồ sinh học có thể là nguyên nhân khiến cho đội tuyển Anh gặp khó khăn ở Champions League. Những trận đấu này thường được tổ chức vào cuối buổi tối, tạo lợi thế cho các đội từ các quốc gia quen thuộc với việc thi đấu vào thời điểm này, như Tây Ban Nha. Tin này sẽ làm an tâm cho các CĐV bóng đá Anh, người thường xuyên thất vọng về hiệu suất của đội tuyển trong các giải đấu quốc tế.*  
**Lời giải chi tiết:**  
  
**1** The participants of the study were asked to run  
*(Những người tham gia nghiên cứu được yêu cầu chạy)*  
a for a certain amount of time a day.  
*(trong một khoảng thời gian nhất định trong ngày.)*  
b for a certain distance a day.  
*(cho một khoảng cách nhất định một ngày.)*  
c for a certain amount of time several times a day.  
*(trong một khoảng thời gian nhất định vài lần trong ngày.)*  
d for a certain distance several times a day.  
*(trong một khoảng cách nhất định vài lần trong ngày.)*  
Thông tin: “At six different times of day, the players had to perform a series of 20-metre runs in shorter and shorter times.”  
*(Vào sáu thời điểm khác nhau trong ngày, các cầu thủ phải thực hiện chuỗi chạy 20 mét với thời gian ngày càng ngắn hơn.)*  
**=> Chọn d**  
**2** The results of the study suggest that  
*(Kết quả nghiên cứu cho thấy)*  
a anybody can win a sports event.  
*(bất cứ ai cũng có thể thắng một sự kiện thể thao.)*  
b an athlete's success can depend on the time of their event.  
*(sự thành công của một vận động viên có thể phụ thuộc vào thời gian diễn ra sự kiện của họ.)*  
c larks' are more likely to win sports events than 'owls'.  
*(‘chim’ có nhiều khả năng giành chiến thắng trong các sự kiện thể thao hơn 'cú'.)*  
d only the best athletes can break records.  
*(chỉ những vận động viên giỏi nhất mới có thể phá kỷ lục.)*  
Thông tin: “Athletes can, however, benefit from the results of the study to improve their chances of winning. This is because the body clock can be adjusted.”  
*(Tuy nhiên, các vận động viên có thể được hưởng lợi từ kết quả nghiên cứu để cải thiện cơ hội chiến thắng của họ. Điều này là do đồng hồ cơ thể có thể được điều chỉnh.)*  
**=> Chọn b**  
**3** Athletes can take advantage of these results before an event to  
*(Vận động viên có thể tận dụng những kết quả này trước một sự kiện để)*  
a choose the time that they compete.  
*(chọn thời gian mà họ thi đấu.)*  
b adjust the number of hours they sleep.  
*(điều chỉnh số giờ họ ngủ.)*  
c work out a bedtime schedule.  
*(lập ra thời gian biểu đi ngủ.)*  
d create a suitable training programme.  
*(xây dựng chương trình đào tạo phù hợp.)*  
Thông tin: “If they know when they perform best, competitors can adapt their sleeping time to the hour of their event in order to ensure their best performance,”  
*(Nếu họ biết khi nào họ thể hiện tốt nhất, các thí sinh có thể điều chỉnh thời gian ngủ của họ phù hợp với giờ diễn ra sự kiện để đảm bảo họ có thành tích tốt nhất,)*  
**=> Chọn c**  
**4** According to the article, talent spotting would be more effective if  
*(Theo bài báo, việc phát hiện nhân tài sẽ hiệu quả hơn nếu)*  
a testing happened at different times of the day.  
*(thử nghiệm xảy ra vào những thời điểm khác nhau trong ngày.)*  
b teenagers got more sleep.  
*(thanh thiếu niên ngủ nhiều hơn.)*  
c schoolchildren started doing sport at a younger age.  
*(học sinh bắt đầu chơi thể thao ở độ tuổi trẻ hơn.)*  
d high performers were more enthusiastic.  
*(những người có thành tích cao nhiệt tình hơn.)*  
Thông tin: “This means that they may be missed by talent spotters who are testing at the wrong time of day.”  
*(Điều này có nghĩa là họ có thể bị bỏ sót bởi những người phát hiện tài năng đang kiểm tra không đúng thời điểm trong ngày.)*  
**=> Chọn a**  
**5** The most successful football teams in Europe appear to have players  
*(Đội bóng thành công nhất châu Âu dường như đều có cầu thủ)*  
a who get a good night's sleep before a match.  
*(người có được một giấc ngủ ngon trước trận đấu.)*  
b whose body clock coincides with the time of the matches.  
*(có đồng hồ cơ thể trùng với thời gian diễn ra các trận đấu.)*  
c who are used to playing in international competitions.  
*(những người đã quen chơi ở các giải đấu quốc tế.)*  
d whose bedtime schedule never changes.  
*(có lịch đi ngủ không bao giờ thay đổi.)*  
Thông tin: “These matches are usually played late in the evening, which gives an advantage to teams from countries such as Spain, which are more used to performing later in the day.”  
*(Những trận đấu này thường diễn ra vào buổi tối muộn, điều này mang lại lợi thế cho các đội đến từ các quốc gia như Tây Ban Nha, những quốc gia quen với việc thi đấu muộn hơn trong ngày.”)*  
**=> Chọn b**  
  
**Grammar and vocabulary**  
**4. Choose the correct answers.**  
*(Chọn những đáp án đúng.)*  
**Paralysed man walks again**  
A paralysed man **1\_\_\_\_\_\_** to walk again, thanks to a new technique developed by British scientists. Bulgarian Darek Fidyka, who **2\_\_\_\_\_\_** be a fireman, was injured during a knife attack. He was left with no feeling or movement from the waist down, and he **3\_\_\_\_\_\_** that he would ever walk again. But then he had surgery to repair his spinal cord, which his attacker's knife **4\_\_\_\_\_\_** through completely. A top Polish surgeon, Dr Tabakow, performed **5\_\_\_\_\_\_** operation, which involved using cells from inside the patient's nose to reconnect his spinal cord. As a result, Darek is now back on his feet. with the help of a frame, and is delighted that he **6\_\_\_\_\_\_** the treatment. The scientists who developed the technique are **7\_\_\_\_\_\_** that more patients will benefit from the treatment soon. Over the next three to five years, the medical team **8\_\_\_\_\_\_** three more patients if there is enough money. Meanwhile, they **9\_\_\_\_\_\_** the new technique with other researchers to create an international team. They hope that in the near future, the team **10\_\_\_\_\_\_** a cure for paralysis to help the millions of people in the world who suffer from this condition.  
  
  
1  
a has started  
b have started  
c had started  
  
  
2  
a got used to  
b used to  
c was used to  
  
  
3  
a didn't think  
b hadn't thought  
c wasn't thinking  
  
  
4  
a cut  
b had cut  
c was cutting  
  
  
5  
a a  
b an  
c the  
  
  
6  
a fitted in with  
b got away with  
c went through with  
  
  
7  
a hopeful  
b hopefully  
c hopeless  
  
  
8  
a treat  
b treated  
c will treat  
  
  
9  
a share  
b will be sharing  
c will have shared  
  
10  
a find  
b will be finding  
c will have found  
**Lời giải chi tiết:**  
  
**1. a**  
- Cấu trúc thì hiện tại hoàn thành chủ ngữ số ít: S + has + V3/ed.  
A paralysed man **has started** to walk again, thanks to a new technique developed by British scientists.  
*(Một người đàn ông bị liệt đã có thể đi lại được nhờ kỹ thuật mới do các nhà khoa học Anh phát triển.)*  
**=> Chọn a**  
**2. b**  
a got used to + V-ing: dần quen với  
b used to + Vo: đã từng  
c was used to + V-ing: quen với  
Bulgarian Darek Fidyka, who **used to** be a fireman, was injured during a knife attack.  
*(Darek Fidyka người Bulgaria, từng là lính cứu hỏa, bị thương trong một vụ tấn công bằng dao.)*  
**=> Chọn b**  
**3. a**  
- Cấu trúc thì quá khứ đơn ở dạng phủ định của động từ thường: S + didn’t + Vo (nguyên thể).  
He was left with no feeling or movement from the waist down, and he **didn't think** that he would ever walk again.  
*(Anh ấy không còn cảm giác hay cử động từ thắt lưng trở xuống và anh ấy không nghĩ rằng mình sẽ đi lại được nữa.)*  
**=> Chọn a**  
**4. b**  
- Thì quá khứ hoàn thành diễn tả một hành động xảy ra trước một hành động khác trong quá khứ.  
- Cấu trúc thì quá khứ hoàn thành: S + had + V3/ed.  
But then he had surgery to repair his spinal cord, which his attacker's knife **had cut** through completely.  
*(Nhưng sau đó anh phải phẫu thuật để sửa chữa tủy sống mà con dao của kẻ tấn công đã cắt đứt hoàn toàn.)*  
**=> Chọn b**  
**5. c**  
Mạo từ “the” đứng trước danh từ đã xác định và được nhắc đến trước đó.  
A top Polish surgeon, Dr Tabakow, performed **the** operation,  
*(Bác sĩ phẫu thuật hàng đầu người Ba Lan, bác sĩ Tabakow, đã thực hiện ca phẫu thuật này.)*  
**=> Chọn c**  
**6. c**  
a fitted in with: hòa hợp  
b got away with: bỏ trốn  
c went through with: vượt qua  
with the help of a frame, and is delighted that he **went through with** the treatment.  
*(với sự trợ giúp của một chiếc khung và rất vui vì anh ấy đã trải qua quá trình điều trị.)*  
**=> Chọn c**  
**7. a**  
Sau động từ tobe “are” cần một tính từ.  
- hopeful (adj): có hi vọng  
- hopeless (adj): vô vọng  
The scientists who developed the technique are **hopeful** that more patients will benefit from the treatment soon.  
*(Các nhà khoa học phát triển kỹ thuật này hy vọng rằng sẽ sớm có thêm nhiều bệnh nhân được hưởng lợi từ phương pháp điều trị này.)*  
**=> Chọn a**  
**8. c**  
Cấu trúc câu điều kiện loại 1: S + will + Vo (nguyên thể) + if + S + V(s/es).  
Over the next three to five years, the medical team **will treat** three more patients if there is enough money.  
*(Trong vòng 3 đến 5 năm tới, đội ngũ y tế sẽ điều trị thêm 3 bệnh nhân nữa nếu có đủ tiền.)*  
**=> Chọn c**  
**9. b**  
- Cấu trúc thì tương lai tiếp diễn: S + will + be + V-ing.  
Meanwhile, they **will be sharing** the new technique with other researchers to create an international team.  
*(Trong khi đó, họ sẽ chia sẻ kỹ thuật mới với các nhà nghiên cứu khác để thành lập một nhóm quốc tế.)*  
**=> Chọn b**  
**10. c**  
- Cấu trúc thì tương lai hoàn thàn: S + will have + V3/ed.  
They hope that in the near future, the team **will have found** a cure for paralysis to help the millions of people in the world who suffer from this condition.  
*(Họ hy vọng rằng trong tương lai gần, nhóm nghiên cứu sẽ tìm ra phương pháp chữa trị chứng tê liệt để giúp đỡ hàng triệu người trên thế giới mắc phải tình trạng này.)*  
**=> Chọn c**  
**Bài hoàn chỉnh**  
**Paralysed man walks again**  
A paralysed man **has started** to walk again, thanks to a new technique developed by British scientists. Bulgarian Darek Fidyka, who **used to** be a fireman, was injured during a knife attack. He was left with no feeling or movement from the waist down, and he **didn’t think** that he would ever walk again. But then he had surgery to repair his spinal cord, which his attacker's knife **had cut** through completely. A top Polish surgeon, Dr Tabakow, performed **the** operation, which involved using cells from inside the patient's nose to reconnect his spinal cord. As a result, Darek is now back on his feet. with the help of a frame, and is delighted that he **went through with** the treatment. The scientists who developed the technique are **hopeful** that more patients will benefit from the treatment soon. Over the next three to five years, the medical team **will treat** three more patients if there is enough money. Meanwhile, they **will be sharing** the new technique with other researchers to create an international team. They hope that in the near future, the team **will have found** a cure for paralysis to help the millions of people in the world who suffer from this condition.  
**Tạm dịch**  
*Người đàn ông bị liệt đi lại được*  
*Một người đàn ông bị liệt đã có thể đi lại được nhờ kỹ thuật mới do các nhà khoa học Anh phát triển. Darek Fidyka người Bulgaria, từng là lính cứu hỏa, bị thương trong một vụ tấn công bằng dao. Anh ấy không còn cảm giác hay cử động từ thắt lưng trở xuống và anh ấy không nghĩ rằng mình sẽ đi lại được nữa. Nhưng sau đó anh phải phẫu thuật để sửa chữa tủy sống mà con dao của kẻ tấn công đã cắt đứt hoàn toàn. Bác sĩ phẫu thuật hàng đầu người Ba Lan, bác sĩ Tabakow, đã thực hiện ca phẫu thuật sử dụng tế bào từ bên trong mũi của bệnh nhân để kết nối lại tủy sống. Kết quả là Darek hiện đã đứng vững trở lại. với sự trợ giúp của một chiếc khung và rất vui vì anh ấy đã trải qua quá trình điều trị. Các nhà khoa học phát triển kỹ thuật này hy vọng rằng sẽ sớm có thêm nhiều bệnh nhân được hưởng lợi từ phương pháp điều trị này. Trong vòng 3 đến 5 năm tới, đội ngũ y tế sẽ điều trị thêm 3 bệnh nhân nữa nếu có đủ tiền. Trong khi đó, họ sẽ chia sẻ kỹ thuật mới với các nhà nghiên cứu khác để thành lập một nhóm quốc tế. Họ hy vọng rằng trong tương lai gần, nhóm nghiên cứu sẽ tìm ra phương pháp chữa trị chứng tê liệt để giúp đỡ hàng triệu người trên thế giới mắc phải tình trạng này.*  
**Writing**  
**5. Some people believe that learning how to lead a healthy lifestyle is a skill that students should learn at school. Write an essay in which you give your own opinion about this issue and propose how students should learn this skill.**  
*(Một số người tin rằng học cách sống lành mạnh là kỹ năng mà học sinh nên học ở trường. Viết một bài luận trong đó bạn đưa ra ý kiến của riêng mình về vấn đề này và đề xuất cách học sinh nên học kỹ năng này.)*  
**Lời giải chi tiết:**  
**Bài tham khảo**  
The importance of teaching healthy lifestyles in schools  
Living a healthy lifestyle is a crucial skill that can positively impact a person's well-being throughout their life. In my opinion, teaching students how to lead a healthy lifestyle at school is essential. This is because good health habits established in youth tend to persist into adulthood. By incorporating practical lessons and activities, schools can effectively equip students with the skills they need to make healthy choices.  
Firstly, schools play a significant role in shaping students' overall development, and instilling healthy habits early on can contribute to a lifetime of well-being. Learning about the importance of balanced nutrition, regular exercise, and sufficient sleep can help students form positive habits that can prevent health issues in the future. Moreover, understanding the impact of lifestyle choices on mental health is equally important, and schools can provide resources and guidance on stress management and emotional well-being.  
To teach these essential skills, schools should integrate practical lessons into their curriculum. For instance, incorporating cooking classes that focus on preparing nutritious meals can teach students about the value of healthy eating. Physical education classes should not only promote sports but also emphasize the importance of regular physical activity for maintaining a healthy weight and overall fitness. Additionally, schools can introduce mindfulness and relaxation techniques in the curriculum to address the growing concern of mental health issues.  
Furthermore, involving parents in this educational process is crucial. Schools can organize workshops and informational sessions for parents to raise awareness about the significance of a healthy lifestyle and how they can support their children in adopting healthier habits at home. This collaboration between schools and parents creates a holistic approach to health education.  
In conclusion, teaching students how to lead a healthy lifestyle at school is of paramount importance. By integrating practical lessons into the curriculum and involving parents in the process, schools can empower students to make informed choices that will positively impact their health in the long run. This approach not only benefits the individual students but also contributes to building a healthier and more productive society.  
**Tạm dịch**  
*Tầm quan trọng của việc dạy lối sống lành mạnh trong trường học*  
*Sống một lối sống lành mạnh là một kỹ năng quan trọng có thể tác động tích cực đến sức khỏe của một người trong suốt cuộc đời của họ. Theo tôi, việc dạy học sinh cách sống lành mạnh ở trường là điều cần thiết. Điều này là do những thói quen tốt về sức khỏe được hình thành từ thời trẻ có xu hướng tồn tại đến tuổi trưởng thành. Bằng cách kết hợp các bài học và hoạt động thực tế, trường học có thể trang bị hiệu quả cho học sinh những kỹ năng cần thiết để đưa ra những lựa chọn lành mạnh.*  
*Thứ nhất, trường học đóng một vai trò quan trọng trong việc hình thành sự phát triển toàn diện của học sinh và việc rèn luyện những thói quen lành mạnh từ sớm có thể góp phần mang lại hạnh phúc suốt đời cho học sinh. Tìm hiểu về tầm quan trọng của dinh dưỡng cân bằng, tập thể dục thường xuyên và ngủ đủ giấc có thể giúp học sinh hình thành những thói quen tích cực giúp ngăn ngừa các vấn đề sức khỏe trong tương lai. Hơn nữa, hiểu được tác động của việc lựa chọn lối sống đối với sức khỏe tâm thần cũng quan trọng không kém và trường học có thể cung cấp các nguồn lực và hướng dẫn về quản lý căng thẳng và sức khỏe tinh thần.*  
*Để dạy những kỹ năng thiết yếu này, các trường học nên lồng ghép các bài học thực tế vào chương trình giảng dạy của mình. Ví dụ, việc kết hợp các lớp học nấu ăn tập trung vào việc chuẩn bị những bữa ăn bổ dưỡng có thể dạy cho học sinh về giá trị của việc ăn uống lành mạnh. Các lớp giáo dục thể chất không chỉ nên khuyến khích thể thao mà còn nhấn mạnh tầm quan trọng của hoạt động thể chất thường xuyên để duy trì cân nặng khỏe mạnh và thể lực tổng thể. Ngoài ra, trường học có thể giới thiệu các kỹ thuật chánh niệm và thư giãn trong chương trình giảng dạy để giải quyết mối lo ngại ngày càng tăng về các vấn đề sức khỏe tâm thần.*  
*Hơn nữa, việc thu hút sự tham gia của phụ huynh vào quá trình giáo dục này là rất quan trọng. Các trường học có thể tổ chức các hội thảo và buổi cung cấp thông tin để phụ huynh nâng cao nhận thức về tầm quan trọng của lối sống lành mạnh và cách họ có thể hỗ trợ con mình áp dụng các thói quen lành mạnh hơn ở nhà. Sự hợp tác này giữa nhà trường và phụ huynh tạo ra một cách tiếp cận toàn diện cho giáo dục sức khỏe.*  
*Tóm lại, việc dạy học sinh cách sống lành mạnh ở trường là điều hết sức quan trọng. Bằng cách tích hợp các bài học thực tế vào chương trình giảng dạy và thu hút sự tham gia của phụ huynh vào quá trình này, trường học có thể trao quyền cho học sinh đưa ra những lựa chọn sáng suốt sẽ tác động tích cực đến sức khỏe của các em về lâu dài. Cách tiếp cận này không chỉ mang lại lợi ích cho cá nhân học sinh mà còn góp phần xây dựng một xã hội lành mạnh và năng suất hơn.*  
**Cumulative Review 3 (Units I-5)**  
**Listening**  
**1. Listen to five texts and choose the correct answers.**  
*(Nghe năm đoạn văn và chọn câu trả lời đúng.)*  
**1** Listen to speaker 1. What is special about the new headphones?  
a They are worn over the ears.  
b They are bigger than usual.  
c They have no cables.  
**2** Listen to dialogue 2. What is the girl's first instruction?  
a To find a number  
b To turn on the phone  
c To unlock the phone  
**3** Listen to speaker 3. What is the gadget?  
a A tablet  
b A games console  
c A camcorder  
**4** Listen to dialogue 4. What does the girl like most about the smartwatch?  
a The size  
b The battery life  
c The design  
**5** Listen to speaker 5. Which part(s) of the 'tree' is/are the turbines?  
a The leaves  
b The branches  
c The trunk  
**Phương pháp giải:**  
**Bài nghe**  
1  
… Listening to music on the go is a wonderful thing – as long as you have the right headphones. The ones that go over your ears are too big, and they are quite difficult to carry around. In-ear headphones are better, but no matter how carefully you put them in your bag, the cables always get tied up with something. Enter the world’s first wireless smart in-ear headphones! You can store music on them, take phone calls with them, wear them swimming and even track your fitness with them. Awesome!  
2  
**Grandad:** Jo, I want to call Dorothy. Can you show me how to use this phone?  
**Jo:** Sure. Have you turned it on yet?  
**Grandad:** Um …  
**Jo:** Press that button on the side … That’s right … Now you have to unlock the phone … Swipe that key to the right … Good, now it’s unlocked … Who did you say you wanted to call?  
**Grandad:** Dorothy. My sister.  
**Jo:** OK, then press ‘contacts’ … right … and scroll down the list until you find her name … There it is! Now touch her name … good … and there’s her number. All you have to do now is touch the number, and you’ll be calling her … Easy!  
3  
… Hello, this is Jake from the repair shop. I’m calling to tell you your device is ready for collection. Um, I’m afraid the screen we’ve fitted was more expensive than we thought, so the repair is a little bit more than we told you the other day. It’ll be €85 instead of €60. Also to let you know that we’ve got some new covers in the shop – we really do recommend that you get one for extra protection. Anyway, you can have a look at them when you come into the shop. Thanks a lot.  
4  
**Lucy:** What’s that you’re wearing, Ben? Is it a smartwatch?  
**Ben:** Yes, it is. I got it for my birthday.  
**Lucy:** Wow! Let me have a look at it! Gosh! It’s really small  
**Ben:** Well, that’s the whole point, isn’t it? You wouldn’t want to be wearing a massive great phone on your wrist, would you?  
**Lucy:** No, I suppose you’re right.  
**Ben:** Actually, I was hoping for one with a colour display, but they were a bit expensive.  
**Lucy:** Hmmm. Black and white is a bit dull, isn’t it? How long does the battery last?   
**Ben:** It can go for a whole week before it runs out.  
**Lucy:** That’s amazing! Most smartwatches only last for a couple of days.   
**Ben:** I know.  
5  
And now for some environmental news. A French company has come up with a new design for a wind turbine. The device looks a lot like a tree, complete with a trunk, branches and leaves. The frame of the ‘tree’ is made of white steel and the trunk separates into three branches capable of holding 72 small green turbines. The turbines are able to spin with the wind blowing as low as 7 km/h to generate electricity. The trees are currently only being installed around France, but there are plans to export them to neighbouring countries in the near future.  
**Tạm dịch**  
*1*  
*… Nghe nhạc khi đang di chuyển là một điều tuyệt vời – miễn là bạn có tai nghe phù hợp. Những chiếc tai nghe vòng qua tai của bạn quá lớn và chúng khá khó mang theo. Tai nghe in-ear thì tốt hơn, nhưng dù bạn có cất vào túi cẩn thận đến đâu thì dây cáp vẫn luôn bị vướng vào thứ gì đó. Hãy tham gia tai nghe in-ear thông minh không dây đầu tiên trên thế giới! Bạn có thể lưu trữ nhạc trên chúng, gọi điện thoại, đeo chúng đi bơi và thậm chí theo dõi hoạt động thể chất của mình với chúng. Tuyệt vời!*  
*2*  
*Ông: Jo, ông muốn gọi cho Dorothy. Con có thể chỉ cho ông cách sử dụng điện thoại này được không?*  
*Jo: Chắc chắn rồi. Ông đã bật nó chưa?*  
*Ông nội: Ừm…*  
*Jo: Nhấn nút đó ở bên cạnh… Đúng rồi… Bây giờ ông phải mở khóa điện thoại… Vuốt phím đó sang bên phải… Tốt, bây giờ nó đã được mở khóa… Ông nói ông muốn gọi cho ai?*  
*Ông nội: Dorothy. Chị ông.*  
*Jo: OK, sau đó nhấn ‘danh bạ’…phải…và cuộn xuống danh sách cho đến khi ông tìm thấy tên cô ấy…Nó đây rồi! Bây giờ hãy chạm vào tên cô ấy… tốt… và có số của cô ấy. Tất cả những gì ông phải làm bây giờ là chạm vào số và bạn sẽ gọi cho cô ấy… Dễ thôi!*  
*3*  
*… Xin chào, đây là Jake từ tiệm sửa chữa. Tôi gọi để thông báo rằng thiết bị của bạn đã sẵn sàng để nhận. Ừm, tôi e rằng màn hình chúng tôi lắp đắt hơn chúng tôi nghĩ, nên số tiền sửa chữa nhiều hơn một chút so với những gì chúng tôi đã nói với bạn ngày hôm trước. Nó sẽ là €85 thay vì €60. Ngoài ra, để cho bạn biết rằng chúng tôi có một số vỏ mới tại cửa hàng – chúng tôi thực sự khuyên bạn nên mua một chiếc để được bảo vệ thêm. Dù sao đi nữa, bạn có thể xem chúng khi đến cửa hàng. Cảm ơn rất nhiều.*  
*4*  
*Lucy: Bạn đang đeo cái gì thế, Ben? Nó có phải là một chiếc đồng hồ thông minh?*  
*Ben: Vâng, đúng vậy. Tôi đã nhận được nó vào ngày sinh nhật của tôi.*  
*Lucy: Ôi! Để tôi nhìn qua nó một tí! Chúa ơi! Nó thực sự nhỏ.*  
*Ben: Ồ, đó là toàn bộ vấn đề phải không? Bạn sẽ không muốn đeo một chiếc điện thoại to lớn trên cổ tay phải không?*  
*Lucy: Không, tôi cho rằng bạn nói đúng.*  
*Ben: Thực ra tôi đã mong đợi một chiếc có màn hình màu, nhưng chúng hơi đắt.*  
*Lucy: Ừm. Đen trắng hơi buồn tẻ phải không? Pin dùng được bao lâu?*  
*Ben: Có thể dùng cả tuần mới hết.*  
*Lucy: Thật tuyệt vời! Hầu hết các đồng hồ thông minh chỉ có pin kéo dài trong một vài ngày.*  
*Ben: Tôi biết.*  
*5*  
*Và bây giờ là một số tin tức về môi trường. Một công ty của Pháp đã đưa ra một thiết kế mới cho tuabin gió. Thiết bị này trông rất giống một cái cây, có đầy đủ thân, cành và lá. Khung của 'cây' được làm bằng thép trắng và thân chia thành ba nhánh có khả năng chứa 72 tuabin nhỏ màu xanh lá cây. Tua bin có thể quay khi gió thổi với tốc độ thấp tới 7 km/h để tạo ra điện. Cây hiện chỉ được lắp đặt trên khắp nước Pháp nhưng có kế hoạch xuất khẩu sang các nước lân cận trong thời gian tới.*  
**Lời giải chi tiết:**  
  
**1** Listen to speaker 1. What is special about the new headphones?  
*(Nghe người nói 1. Tai nghe mới có gì đặc biệt?)*  
a They are worn over the ears.  
*(Chúng được đeo qua tai.)*  
b They are bigger than usual.  
*(Chúng lớn hơn bình thường.)*  
c They have no cables.  
*(Chúng không có dây cáp.)*  
Thông tin: “Enter the world’s first wireless smart in-ear headphones!”  
*(Tham gia tai nghe in-ear thông minh không dây đầu tiên trên thế giới!”)*  
**=> Chọn c**  
**2** Listen to dialogue 2. What is the girl's first instruction?  
*(Nghe đoạn hội thoại 2. Lời chỉ dẫn đầu tiên của cô gái là gì?)*  
a To find a number  
*(tìm một số)*  
b To turn on the phone  
*(mở điện thoại)*  
c To unlock the phone  
*(mở khóa điện thoại)*  
Thông tin: “Have you turned it on yet?”  
*(Bạn đã bật nó lên chưa?)*  
**=> Chọn b**  
**3** Listen to speaker 3. What is the gadget?  
*(Nghe người nói 3. Tiện ích là gì?)*  
a A tablet  
*(máy tính bảng)*  
b A games console  
*(máy chơi game)*  
c A camcorder  
*(máy quay phim)*  
Thông tin: “, I’m afraid the screen we’ve fitted was more expensive than we thought,”  
*(tôi e rằng màn hình chúng tôi lắp đắt hơn chúng tôi nghĩ.)*  
**=> Chọn a**  
**4** Listen to dialogue 4. What does the girl like most about the smartwatch?  
*(Nghe đoạn hội thoại 4. Cô gái thích điều gì nhất ở chiếc đồng hồ thông minh?)*  
a The size  
*(Kích thước)*  
b The battery life  
*(Thời lượng pin)*  
c The design  
*(Thiết kế)*  
Thông tin: “It can go for a whole week before it runs out. - That’s amazing! Most smartwatches only last for a couple of days”  
*(Có thể dùng cả tuần mới hết. - Thật ngạc nhiên! Hầu hết các đồng hồ thông minh chỉ có pin được vài ngày)*  
**=> Chọn b**  
**5** Listen to speaker 5. Which part(s) of the 'tree' is / are the turbines?  
*(Nghe người nói 5. Bộ phận nào của 'cái cây' là tua-bin?)*  
a The leaves  
*(chiếc lá)*  
b The branches  
*(nhánh)*  
c The trunk  
*(thân)*  
Thông tin: “The frame of the ‘tree’ is made of white steel and the trunk separates into three branches capable of holding 72 small green turbines.”  
*(Khung của ‘cây’ được làm bằng thép trắng và thân chia thành ba nhánh có khả năng chứa 72 tua-bin nhỏ màu xanh lá cây.)*  
**=> Chọn a**  
**Speaking**  
**2. Work in pairs. Look at the photos. You are looking for something to do on a free afternoon and have three options. Choose the best one in your opinion, and justify your choice. Say why you are rejecting the other options.**  
*(Làm việc theo cặp. Nhìn vào những bức ảnh. Bạn đang tìm việc gì đó để làm vào một buổi chiều rảnh rỗi và có ba lựa chọn. Hãy chọn điều tốt nhất theo ý kiến của bạn và giải thích cho sự lựa chọn của bạn. Nói lý do tại sao bạn từ chối các lựa chọn khác.)*  
  
**Lời giải chi tiết:**  
**Bài tham khảo**  
In my opinion, playing video games with friends is the best option for a free afternoon. There are several reasons why I believe this is the most enjoyable and fulfilling choice.  
Firstly, playing video games with friends provides an opportunity for social interaction and bonding. It allows you to engage in a shared activity, fostering camaraderie and creating lasting memories. Unlike reading books or surfing the internet alone, playing video games with friends involves real-time communication, laughter, and shared experiences.  
Secondly, video games offer a dynamic and immersive form of entertainment. They often involve strategic thinking, problem-solving, and teamwork, which can be mentally stimulating and engaging. This contrasts with reading books, which can be a more solitary and sedentary activity, or surfing the internet, which may not provide the same level of interactive and participatory experience.  
Lastly, playing video games with friends provides a balance between entertainment and socialization. While reading books or surfing the internet can be enjoyable, they might lack the social aspect that makes spending time with friends special. Video games allow you to combine the pleasure of leisure activities with the joy of shared experiences.  
In contrast, reading books may be a more solitary and quiet activity, suitable for a more introspective mood. Surfing the internet on a laptop can be enjoyable, but it may not offer the same level of social interaction and engagement as playing video games with friends. Additionally, both reading and internet surfing can be done alone, limiting the potential for shared enjoyment.  
Therefore, considering the social, interactive, and engaging nature of playing video games with friends, I believe it is the best option for a free afternoon.  
**Tạm dịch**  
*Theo tôi, chơi điện tử cùng bạn bè là lựa chọn tốt nhất cho một buổi chiều rảnh rỗi. Có một số lý do khiến tôi tin rằng đây là sự lựa chọn thú vị và thỏa mãn nhất.*  
*Thứ nhất, chơi trò chơi điện tử với bạn bè mang lại cơ hội tương tác và gắn kết xã hội. Nó cho phép bạn tham gia vào một hoạt động chung, nuôi dưỡng tình bạn thân thiết và tạo ra những kỷ niệm lâu dài. Không giống như đọc sách hoặc lướt internet một mình, chơi trò chơi điện tử với bạn bè liên quan đến giao tiếp thời gian thực, tiếng cười và trải nghiệm được chia sẻ.*  
*Thứ hai, trò chơi điện tử cung cấp một hình thức giải trí năng động và hấp dẫn. Chúng thường liên quan đến tư duy chiến lược, giải quyết vấn đề và làm việc nhóm, có thể kích thích và hấp dẫn về mặt tinh thần. Điều này trái ngược với việc đọc sách, vốn có thể là một hoạt động đơn độc và ít vận động hơn, hoặc lướt internet, có thể không mang lại cùng mức độ trải nghiệm tương tác và có sự tham gia.*  
*Cuối cùng, chơi trò chơi điện tử với bạn bè mang lại sự cân bằng giữa giải trí và giao tiếp xã hội. Mặc dù đọc sách hoặc lướt internet có thể thú vị nhưng chúng có thể thiếu khía cạnh xã hội khiến việc dành thời gian với bạn bè trở nên đặc biệt. Trò chơi điện tử cho phép bạn kết hợp niềm vui của các hoạt động giải trí với niềm vui được chia sẻ trải nghiệm.*  
*Ngược lại, đọc sách có thể là một hoạt động đơn độc và yên tĩnh hơn, phù hợp với tâm trạng nội tâm hơn. Lướt internet trên máy tính xách tay có thể thú vị nhưng nó có thể không mang lại mức độ tương tác xã hội và tương tác như chơi trò chơi điện tử với bạn bè. Ngoài ra, cả việc đọc và lướt internet đều có thể được thực hiện một mình, hạn chế khả năng tận hưởng chung.*  
*Vì vậy, xét đến tính chất xã hội, tương tác và hấp dẫn của việc chơi trò chơi điện tử với bạn bè, tôi tin rằng đó là lựa chọn tốt nhất cho một buổi chiều rảnh rỗi.*  
**Reading**  
**3. Read the text and match paragraphs A-E with the questions 1-7 below. There are two extra questions. Underline the evidence in the text that supports your answer.**  
*(Đọc đoạn văn và nối các đoạn văn A-E với các câu hỏi từ 1-7 bên dưới. Có hai câu hỏi bị thừa. Gạch dưới bằng chứng trong văn bản hỗ trợ câu trả lời của bạn.)*  
In which paragraph does the writer mention  
1 a rule that sets the time limit for the use of gadgets each day? ☐  
2 a tactic for putting electronic devices out of sight? ☐  
3 a technique for making a venue a technology-free zone? ☐  
4 a tip for getting a good night's sleep? ☐  
5 a strategy for protecting the privacy of guests at a party? ☐  
6 a method for preventing impolite phone behaviour in restaurants? ☐  
7 a way to promote communication among families for a limited time each day? ☐  
**The society that can't switch off**  
**A**  
Los Angeles dancer, Brian Perez, was eating out with his friends one evening when suddenly everyone went quiet. To his horror, he saw that the reason for this was that people were checking their phones. Realising he had to do something to stop this, Brian made a rather daring suggestion. What if they all put their gadgets in a pile in the middle of the table until they had finished the meal? If anyone picked up their phone, that person would have to pay the whole bill. And so, it is said, the game of 'phone stacking' was born.  
**B**  
The necessity for action like this highlights a major problem in today's society: our inability to disconnect from technology. But while Brian's idea deals with the obsession in a social context, measures also need to be taken at home. Some people drop their smartphones into a box the moment they arrive home, which gives them the chance to interact with the people they live with. The fact that the phone cannot be heard - it is on silent - nor seen - the flashing lights are hidden by the box - means that they are no longer tempted to use it.  
**C**  
A less drastic solution is to ban electronic devices at certain times of day when the whole family is likely to be together, for example, at meal times. This can be hard for everyone, from teenagers desperate to text friends to parents unable to switch off from work. On a normal day, however, dinner takes less than an hour, and the benefits of exchanging opinions and anecdotes with the rest of the family certainly make up for the time spent offline.  
**D**  
Taking a break from technology is one thing, but knowing when to turn off a device is another. Time seems to stand still in the virtual world, and before you know it, you find that it is three o'clock in the morning. This is where a digital curfew comes in handy, a set time when all devices must be put away. Evenings without technology are usually nice and peaceful and make a more agreeable end to the day.  
**E**  
And then it's time for bed. One of the best ways of ensuring you can sleep at night is to ban electronic devices altogether from the bedroom. Lying next to a machine bursting with information is far from relaxing, and the sounds it emits during the night can easily wake you up. With technology out of the room, a line has been drawn between daytime and sleep time, which enables us to switch off ourselves and drift off to sleep.  
**Phương pháp giải:**  
**Tạm dịch**  
*Xã hội không thể tắt*  
*A*  
*Một vũ công người Los Angeles, Brian Perez, đang đi ăn tối với bạn bè thì đột nhiên mọi người im lặng. Trước sự kinh hoàng của mình, anh thấy rằng lý do của việc này là do mọi người đang kiểm tra điện thoại của họ. Nhận thấy mình phải làm gì đó để ngăn chặn chuyện này, Brian đã đưa ra một đề nghị khá táo bạo. Điều gì sẽ xảy ra nếu tất cả họ đều đặt tiện ích của mình thành một đống ở giữa bàn cho đến khi ăn xong? Nếu có ai nhấc máy thì người đó sẽ phải thanh toán toàn bộ hóa đơn. Và thế là người ta nói, trò chơi “xếp chồng điện thoại” đã ra đời.*  
*B*  
*Sự cần thiết phải hành động như thế này nêu bật một vấn đề lớn trong xã hội ngày nay: chúng ta không thể ngắt kết nối với công nghệ. Nhưng trong khi ý tưởng của Brian giải quyết nỗi ám ảnh trong bối cảnh xã hội, các biện pháp cũng cần được thực hiện tại nhà. Một số người bỏ điện thoại thông minh của họ vào hộp ngay khi về đến nhà, điều này giúp họ có cơ hội tương tác với những người họ sống cùng. Việc điện thoại không thể nghe được - nó ở chế độ im lặng - cũng không nhìn thấy - đèn nhấp nháy bị hộp che khuất - có nghĩa là họ không còn muốn sử dụng nó nữa.*  
*C*  
*Một giải pháp ít quyết liệt hơn là cấm sử dụng các thiết bị điện tử vào những thời điểm nhất định trong ngày khi cả gia đình có thể quây quần bên nhau, chẳng hạn như vào giờ ăn. Điều này có thể khó khăn với tất cả mọi người, từ thanh thiếu niên tuyệt vọng muốn nhắn tin cho bạn bè cho đến các bậc cha mẹ không thể nghỉ làm. Tuy nhiên, vào một ngày bình thường, bữa tối chỉ mất chưa đầy một giờ và lợi ích của việc trao đổi ý kiến và đối thoại với những người còn lại trong gia đình chắc chắn sẽ bù đắp cho thời gian ngoại tuyến.*  
*D*  
*Tạm dừng sử dụng công nghệ là một chuyện, nhưng biết khi nào nên tắt thiết bị lại là chuyện khác. Thời gian dường như đứng yên trong thế giới ảo, và trước khi kịp nhận ra, bạn đã thấy đã ba giờ sáng. Đây là lúc lệnh giới nghiêm kỹ thuật số phát huy tác dụng, một khoảng thời gian nhất định khi tất cả các thiết bị phải được cất đi. Những buổi tối không có công nghệ thường dễ chịu, yên bình và kết thúc một ngày dễ chịu hơn.*  
*E*  
*Và sau đó là thời gian đi ngủ. Một trong những cách tốt nhất để đảm bảo bạn có thể ngủ ngon vào ban đêm là cấm hoàn toàn các thiết bị điện tử trong phòng ngủ. Nằm cạnh một cỗ máy tràn ngập thông tin không hề mang lại cảm giác thư giãn và những âm thanh mà nó phát ra trong đêm có thể dễ dàng đánh thức bạn. Với công nghệ ra khỏi phòng, một ranh giới đã được vẽ ra giữa thời gian ban ngày và thời gian ngủ, cho phép chúng ta tắt và chìm vào giấc ngủ.*  
**Lời giải chi tiết:**  
  
In which paragraph does the writer mention  
*(Tác giả đề cập đến …trong đoạn văn nào)*  
1 a rule that sets the time limit for the use of gadgets each day?  
*(quy định đặt ra giới hạn thời gian sử dụng các thiết bị mỗi ngày?)*  
Thông tin: “This is where a digital curfew comes in handy, a set time when all devices must be put away.”  
*(Đây là lúc mà lệnh giới nghiêm kỹ thuật số trở nên hữu ích, một khoảng thời gian nhất định khi tất cả các thiết bị phải được cất đi.)*  
**=> Đoạn D**  
2 a tactic for putting electronic devices out of sight?  
*(một chiến thuật để đưa các thiết bị điện tử ra khỏi tầm mắt?)*  
Thông tin: “Some people drop their smartphones into a box the moment they arrive home, which gives them the chance to interact with the people they live with.”  
*(Một số người bỏ điện thoại thông minh của họ vào hộp ngay khi họ về đến nhà, điều này giúp họ có cơ hội tương tác với những người họ sống cùng.)*  
**=> Đoạn B**  
3 a technique for making a venue a technology-free zone?  
*(một kỹ thuật để biến địa điểm thành khu vực không có công nghệ?)*  
**=> Không có thông tin được đề cập**  
4 a tip for getting a good night's sleep?  
*(mẹo để có giấc ngủ ngon?)*  
Thông tin: “One of the best ways of ensuring you can sleep at night is to ban electronic devices altogether from the bedroom.”  
*(Một trong những cách tốt nhất để đảm bảo bạn có thể ngủ vào ban đêm là cấm hoàn toàn các thiết bị điện tử trong phòng ngủ)*  
**=> Đoạn E**  
5 a strategy for protecting the privacy of guests at a party?  
*(chiến lược bảo vệ sự riêng tư của khách mời trong bữa tiệc?)*  
**=> Không có thông tin được đề cập**  
6 a method for preventing impolite phone behaviour in restaurants?  
*(phương pháp ngăn chặn hành vi bất lịch sự qua điện thoại trong nhà hàng?)*  
Thông tin: “If anyone picked up their phone, that person would have to pay the whole bill.”  
*(Nếu có ai nhấc máy thì người đó sẽ phải thanh toán toàn bộ hóa đơn)*  
**=> Đoạn A**  
7 a way to promote communication among families for a limited time each day?  
*(cách để thúc đẩy sự giao tiếp giữa các gia đình trong một khoảng thời gian giới hạn mỗi ngày?)*  
Thông tin: “A less drastic solution is to ban electronic devices at certain times of day when the whole family is likely to be together, for example, at meal times.”  
*(Một giải pháp ít quyết liệt hơn là cấm sử dụng thiết bị điện tử vào những thời điểm nhất định trong ngày khi cả gia đình có thể tụ tập cùng nhau, chẳng hạn như vào giờ ăn.)*  
**=> Đoạn C**  
  
**Grammar and vocabulary**  
**4. Choose the correct answers.**  
*(Chọn những đáp án đúng.)*  
ROBOTS IN THE KITCHEN  
When it comes to cooking, current trends show that people are spending **1\_\_\_\_\_\_\_** time in the kitchen than ever before. Even those who know how to prepare a meal have moments when they wish they **2\_\_\_\_\_\_\_** to make the dinner. Of course, if these people **3\_\_\_\_\_\_\_** a robot at home that could cook, they wouldn't have to do it themselves. However, that is easier said than done. It **4\_\_\_\_\_\_\_** a long time to programme a robot to cook, basically because there are so **5\_\_\_\_\_\_\_** different decisions involved. The biggest of these is **6\_\_\_\_\_\_\_** up your mind about what to cook in the first place! However, a team of American and Australian scientists has come up with a new idea for teaching a robot to cook: by showing it videos on YouTube. Now, not everyone is aware **7\_\_\_\_\_\_\_** the educational values of YouTube, but the site has thousands of videos that teach all sorts of things. One of **8\_\_\_\_\_\_\_** useful skills you can learn is cooking, and this is what caught the researchers' attention. After using data from 88 different YouTube videos, their robot was successful **9\_\_\_\_\_\_\_** identifying all of the objects and actions on the screen. Although the team is pleased **10\_\_\_\_\_\_\_** these results, they admit there is still a long way to go before the technique is perfected.  
  
  
1  
a fewer  
b less  
c little  
  
  
2  
a don't have  
b didn't have  
c wouldn't have  
  
  
3  
a had  
b has  
c have  
  
  
4  
a does  
b makes  
c takes  
  
  
5  
a many  
b most  
c much  
  
  
6  
a doing  
b making  
c taking  
  
  
7  
a about  
b for  
c of  
  
  
8  
a more  
b most  
c the most  
  
  
9  
a about  
b in  
c on  
  
10  
a for  
b to  
c with  
**Lời giải chi tiết:**  
  
**1. b**  
a fewer + danh từ đếm được số nhiều  
b less + danh từ đếm không đếm được *(ít hơn)*  
c little + danh từ không đếm được *(một ít)*  
When it comes to cooking, current trends show that people are spending **less** time in the kitchen than ever before.  
*(Khi nói đến nấu ăn, xu hướng hiện nay cho thấy mọi người đang dành ít thời gian vào bếp hơn bao giờ hết.)*  
**=> Chọn b**  
**2. b**  
- Cấu trúc viết câu với “wish” *(ước)*: S + wish + S + V(lùi thì).  
- Cấu trúc phủ định của động từ thường thì quá khứ đơn: S + didn’t + Vo.  
Even those who know how to prepare a meal have moments when they wish they **didn’t have** to make the dinner.  
*(Ngay cả những người biết cách chuẩn bị bữa ăn cũng có những lúc họ ước mình không phải nấu bữa tối.)*  
**=> Chọn b**  
**3. a**  
Cấu trúc viết câu với ‘If” loại 2: If + S + V2/ed, S + would + Vo.  
if these people **had** a robot at home that could cook, they wouldn't have to do it themselves.  
*(nếu những người này có robot ở nhà có thể nấu ăn thì họ sẽ không phải tự làm việc đó.)*  
**=> Chọn a**  
**4. c**  
a does (v): làm  
b makes (v): làm ra  
c takes (v): tốn  
It **takes** a long time to programme a robot to cook,  
*(Phải mất nhiều thời gian để lập trình cho robot nấu ăn,)*  
**=> Chọn c**  
**5. a**  
a many + danh từ đếm được số nhiều *(nhiều)*  
b most + danh từ đếm được số nhiều hoặc danh từ không đếm được *(hầu hết)*  
c much + danh từ không đếm được *(nhiều)*  
- “decisions” *(quyết định)* là danh từ đếm được số nhiều.  
basically because there are so **many** different decisions involved.  
*(về cơ bản là vì có rất nhiều quyết định khác nhau liên quan.)*  
**=> Chọn a**  
**6. b**  
a doing (v): làm  
b making (v): làm ra  
c taking (v): tốn  
Cụm từ “make up your mind” *(quyết định)*  
The biggest of these is **making** up your mind about what to cook in the first place!  
*(Điều quan trọng nhất trong số này là việc bạn phải quyết định xem nên nấu món gì ngay từ đầu!)*  
**=> Chọn b**  
**7. c**  
a about: về  
b for: cho  
c of: của  
Cụm từ “aware of” *(nhận thức về)*  
Now, not everyone is aware **of** the educational values of YouTube,  
*(Hiện nay, không phải ai cũng nhận thức được giá trị giáo dục của YouTube,)*  
**=> Chọn c**  
**8. c**  
a more: nhiều hơn  
b most: hầu hết  
c the most: nhất  
One of **the most** useful skills you can learn is cooking.  
*(Một trong những kỹ năng hữu ích nhất bạn có thể học là nấu ăn.)*  
**=> Chọn c**  
**9. b**  
a about: về  
b in: trong  
c on: trên  
Cụm từ “tobe successful in” *(thành công về…)*  
After using data from 88 different YouTube videos, their robot was successful **in** identifying all of the objects and actions on the screen.  
*(Sau khi sử dụng dữ liệu từ 88 video YouTube khác nhau, robot của họ đã thành công trong việc xác định tất cả các vật thể và hành động trên màn hình.)*  
**=> Chọn b**  
**10. c**  
a for: cho  
b to: để  
c with: với  
Cụm từ “tobe pleased with” *(hài lòng với)*  
Although the team is pleased **with** these results, they admit there is still a long way to go before the technique is perfected.  
*(Mặc dù nhóm nghiên cứu hài lòng với những kết quả này nhưng họ thừa nhận vẫn còn một chặng đường dài trước khi kỹ thuật này được hoàn thiện.)*  
**=> Chọn c**  
**Bài hoàn chỉnh**  
ROBOTS IN THE KITCHEN  
When it comes to cooking, current trends show that people are spending **less** time in the kitchen than ever before. Even those who know how to prepare a meal have moments when they wish they **didn’t have** to make the dinner. Of course, if these people **had** a robot at home that could cook, they wouldn't have to do it themselves. However, that is easier said than done. It **takes** a long time to programme a robot to cook, basically because there are so **many** different decisions involved. The biggest of these is **making** up your mind about what to cook in the first place! However, a team of American and Australian scientists has come up with a new idea for teaching a robot to cook: by showing it videos on YouTube. Now, not everyone is aware **of** the educational values of YouTube, but the site has thousands of videos that teach all sorts of things. One of **the most** useful skills you can learn is cooking, and this is what caught the researchers' attention. After using data from 88 different YouTube videos, their robot was successful **in** identifying all of the objects and actions on the screen. Although the team is pleased **withh** these results, they admit there is still a long way to go before the technique is perfected.  
**Tạm dịch**  
*ROBOT TRONG BẾP*  
*Khi nói đến nấu ăn, xu hướng hiện nay cho thấy mọi người đang dành ít thời gian vào bếp hơn bao giờ hết. Ngay cả những người biết cách chuẩn bị bữa ăn cũng có những lúc họ ước mình không phải nấu bữa tối. Tất nhiên, nếu những người này có một robot ở nhà có thể nấu ăn thì họ sẽ không phải tự làm việc đó. Tuy nhiên, nói thì dễ hơn làm. Phải mất nhiều thời gian để lập trình cho một robot nấu ăn, về cơ bản là vì có rất nhiều quyết định khác nhau liên quan. Điều quan trọng nhất trong số này là việc bạn phải quyết định xem nên nấu món gì ngay từ đầu! Tuy nhiên, một nhóm các nhà khoa học Mỹ và Úc đã nghĩ ra một ý tưởng mới để dạy robot nấu ăn: bằng cách cho nó xem video trên YouTube. Hiện nay, không phải ai cũng biết đến giá trị giáo dục của YouTube, nhưng trang này có hàng nghìn video dạy đủ thứ. Một trong những kỹ năng hữu ích nhất mà bạn có thể học là nấu ăn và đây là điều thu hút sự chú ý của các nhà nghiên cứu. Sau khi sử dụng dữ liệu từ 88 video YouTube khác nhau, robot của họ đã thành công trong việc xác định tất cả các vật thể và hành động trên màn hình. Mặc dù nhóm nghiên cứu hài lòng với những kết quả này nhưng họ thừa nhận vẫn còn một chặng đường dài trước khi kỹ thuật này được hoàn thiện.*  
**Writing**  
**5. You recently saw somebody using their mobile phone irresponsibly (for example, being rude or dangerous) in a social situation. Write a forum entry in which you:**  
• relate what you saw.  
• compare social situations in the past to those in the present.  
• recommend how you think people should behave in this kind of situation.  
• ask other contributors to react to your post.  
*(Gần đây bạn thấy ai đó sử dụng điện thoại di động một cách vô trách nhiệm (ví dụ: thô lỗ hoặc nguy hiểm) trong một tình huống xã hội. Viết một mục diễn đàn trong đó bạn:*  
*• kể lại những gì bạn đã thấy.*  
*• so sánh các tình huống xã hội trong quá khứ với hiện tại.*  
*• đề xuất cách bạn nghĩ mọi người nên cư xử trong tình huống này.*  
*• yêu cầu những người đóng góp khác phản ứng với bài viết của bạn.)*  
**Lời giải chi tiết:**  
**Bài tham khảo**  
Hey everyone,  
I hope this post finds you well. I recently had an experience that got me thinking about the way mobile phones are affecting our social interactions. I was at a social gathering, and I witnessed someone using their mobile phone in a way that I found quite irresponsible. This person was engrossed in their phone, oblivious to the conversations around them, and even walked into someone because they weren't paying attention.  
It made me reflect on how social situations have changed over time. In the past, when we didn't have smartphones, people seemed more engaged with each other during social events. There was a genuine connection, and conversations flowed smoothly without constant interruptions from devices. Nowadays, it feels like everyone is glued to their phones, missing out on the present moment.  
I believe it's crucial for people to be mindful of their mobile phone usage, especially in social situations. While technology has undoubtedly brought numerous conveniences, it shouldn't come at the cost of basic courtesy. My recommendation is that we should all strive to be present and engaged when spending time with others. That means putting our phones away, actively participating in conversations, and being aware of our surroundings.  
I'm curious to know how others feel about this issue. Have you had similar experiences, or do you think mobile phone usage has improved our social interactions? How do you navigate mobile phone etiquette in social situations? Let's share our thoughts and experiences to foster a healthier and more considerate use of technology in our social lives.  
Looking forward to hearing your perspectives!  
Janet  
**Tạm dịch**  
*Nè mọi người,*  
*Tôi hy vọng bạn vẫn ổn. Gần đây tôi có một trải nghiệm khiến tôi suy nghĩ về cách điện thoại di động đang ảnh hưởng đến tương tác xã hội của chúng ta. Tôi đang tham dự một buổi họp mặt và chứng kiến ai đó sử dụng điện thoại di động theo cách mà tôi thấy khá vô trách nhiệm. Người này đang mải mê sử dụng điện thoại, không để ý đến những cuộc trò chuyện xung quanh, thậm chí còn tông phải ai đó vì không để ý.*  
*Nó khiến tôi suy ngẫm về những hoàn cảnh xã hội đã thay đổi theo thời gian như thế nào. Trước đây, khi chúng ta chưa có điện thoại thông minh, mọi người dường như gắn kết với nhau hơn trong các sự kiện xã hội. Có một kết nối thực sự và các cuộc trò chuyện diễn ra suôn sẻ mà không bị gián đoạn liên tục từ các thiết bị. Ngày nay, có cảm giác như mọi người đều dán mắt vào điện thoại và bỏ lỡ khoảnh khắc hiện tại.*  
*Tôi tin rằng điều quan trọng là mọi người phải chú ý đến việc sử dụng điện thoại di động, đặc biệt là trong các tình huống xã hội. Mặc dù công nghệ chắc chắn đã mang lại nhiều tiện ích nhưng nó không nên đánh đổi bằng phép lịch sự cơ bản. Lời khuyên của tôi là tất cả chúng ta nên cố gắng có mặt và gắn kết khi dành thời gian cho người khác. Điều đó có nghĩa là hãy cất điện thoại đi, tích cực tham gia vào các cuộc trò chuyện và nhận thức được môi trường xung quanh.*  
*Tôi tò mò muốn biết người khác cảm thấy thế nào về vấn đề này. Bạn đã từng có trải nghiệm tương tự chưa, hay bạn nghĩ việc sử dụng điện thoại di động đã cải thiện tương tác xã hội của chúng ta? Làm thế nào để bạn điều hướng nghi thức sử dụng điện thoại di động trong các tình huống xã hội? Hãy chia sẻ suy nghĩ và kinh nghiệm của chúng ta để thúc đẩy việc sử dụng công nghệ lành mạnh và chu đáo hơn trong đời sống xã hội của chúng ta.*  
*Mong muốn được nghe quan điểm của bạn!*  
*Janet*  
**Cumulative Review 4 (Units I-7)**  
**Listening**  
**1. Listen to four speakers talking about memorable art exhibitions. Match speakers 1-4 with sentences A-E. There one extra sentence.**  
*(Hãy nghe bốn diễn giả nói về các cuộc triển lãm nghệ thuật đáng nhớ. Nối người nói từ 1-4 với câu A-E. Có một câu bị thừa.)*  
Speaker 1 ☐  
Speaker 2 ☐  
Speaker 3 ☐  
Speaker 4 ☐  
A He / She doesn't remember anything about the exhibition itself.  
B He / She remembers the exhibition because it was very boring.  
C He / She remembers the exhibition being rather amusing  
D He / She only remembers one of the pieces in the exhibition.  
E He / She remembers something embarrassing happening at the exhibition.  
**Phương pháp giải:**  
**Bài nghe**  
1  
I have great memories of an exhibition I saw once at Bristol Museum featuring works by the street artist Banksy. In this exhibition, the artist was allowed to use the permanent exhibits of the museum as well as showing his own work. As a result, some of the pieces made me laugh. I remember a huge stone statue of a lion in the entrance hall sitting above the hat and jacket of what you were supposed to think was its owner. The lion looked so pleased with itself you could just imagine how much it would have enjoyed that meal!  
2  
I was at an exhibition of Giacometti sculptures once – you know, the Swiss artist, whose figures are all very tall and thin. I can’t remember where it was, but I was made to feel like a criminal. There was one particular exhibit that fascinated me – it was a sculpture of his sister, Isabel, and I was trying to take a closer look at her face. Suddenly I heard a shout, and saw a guard marching towards me from the other side of the room. He told me, in a very loud voice, that I was not to go near the exhibits. All the other visitors turned around to see what was going on, which made me want to disappear. He went on to follow me all the way around the gallery, so I ended up walking out.  
3  
 I think one of the artworks that has impressed me most was something I saw in the Egyptian Museum of Berlin. A friend of mine told me I should go there to see the bust of an Ancient Egyptian queen called Nefertiti. I am so glad I took her advice. The work is well over 3,000 years old, but it is in nearly perfect condition. You can really appreciate Queen Nefertiti’s beauty, although only one of her eyes is finished. Actually, I spent all my time in the museum walking around the piece, admiring it from different angles. I didn’t bother with the other works because I only had eyes for the queen.  
4  
I remember an exhibition I went to with my family once – it was in the Prado Museum in Madrid. Actually, it would be more accurate to say I remember the lead-up to it. My mum had booked tickets months in advance, which was probably a good idea as the gallery was packed. In fact, there were so many people that I started feeling dizzy while we were waiting in the queue. Who knows what we were going to see? I certainly didn’t because I never made it through the door. Before I could faint, my dad took me off to find a doctor. That was the end of the exhibition for us, and I could tell that my mum wasn’t pleased.  
**Tạm dịch**  
*1*  
*Tôi có những kỷ niệm tuyệt vời về một cuộc triển lãm mà tôi đã từng xem ở Bảo tàng Bristol trưng bày các tác phẩm của nghệ sĩ đường phố Banksy. Trong cuộc triển lãm này, nghệ sĩ được phép sử dụng các vật trưng bày cố định của bảo tàng cũng như trưng bày tác phẩm của chính mình. Kết quả là một số đoạn đã khiến tôi bật cười. Tôi nhớ một bức tượng sư tử bằng đá khổng lồ ở tiền sảnh ngồi phía trên chiếc mũ và áo khoác của thứ mà bạn tưởng là chủ nhân của nó. Con sư tử trông rất hài lòng với chính mình, bạn có thể tưởng tượng nó sẽ thích bữa ăn đó đến mức nào!*  
*2*  
*Có lần tôi đã đến triển lãm các tác phẩm điêu khắc của Giacometti – bạn biết đấy, một nghệ sĩ người Thụy Sĩ, người có dáng người rất cao và gầy. Tôi không thể nhớ nó ở đâu nhưng tôi cảm thấy mình như một tên tội phạm. Có một cuộc triển lãm đặc biệt làm tôi thích thú – đó là tác phẩm điêu khắc của chị gái anh ấy, Isabel, và tôi đang cố gắng nhìn kỹ hơn vào khuôn mặt của cô ấy. Đột nhiên tôi nghe thấy một tiếng hét và nhìn thấy một người lính canh đang tiến về phía tôi từ phía bên kia căn phòng. Anh ấy nói với tôi bằng một giọng rất lớn rằng tôi không được đến gần các cuộc triển lãm. Tất cả những du khách khác đều quay lại để xem chuyện gì đang xảy ra, khiến tôi chỉ muốn biến mất. Anh ấy tiếp tục đi theo tôi suốt quãng đường quanh phòng trưng bày, nên cuối cùng tôi phải bước ra ngoài.*  
*3*  
 *Tôi nghĩ một trong những tác phẩm nghệ thuật khiến tôi ấn tượng nhất là thứ tôi nhìn thấy ở Bảo tàng Ai Cập ở Berlin. Một người bạn của tôi nói với tôi rằng tôi nên đến đó để xem tượng bán thân của nữ hoàng Ai Cập cổ đại tên là Nefertiti. Tôi rất vui vì đã nghe theo lời khuyên của cô ấy. Công trình này đã hơn 3.000 năm tuổi nhưng vẫn ở trong tình trạng gần như hoàn hảo. Bạn thực sự có thể đánh giá cao vẻ đẹp của Nữ hoàng Nefertiti, mặc dù chỉ có một bên mắt của bà được hoàn thiện. Thực ra, tôi đã dành toàn bộ thời gian của mình trong bảo tàng để dạo quanh tác phẩm và chiêm ngưỡng nó từ nhiều góc độ khác nhau. Tôi không bận tâm đến những tác phẩm khác vì tôi chỉ để mắt đến nữ hoàng.*  
*4*  
*Tôi nhớ có lần tôi cùng gia đình đến tham dự một cuộc triển lãm – đó là ở Bảo tàng Prado ở Madrid. Thực ra, sẽ chính xác hơn nếu nói rằng tôi nhớ phần mở đầu của nó. Mẹ tôi đã đặt vé trước nhiều tháng, đó có lẽ là một ý tưởng hay vì phòng trưng bày đã chật cứng. Trên thực tế, có quá nhiều người đến nỗi tôi bắt đầu cảm thấy chóng mặt khi xếp hàng chờ đợi. Ai biết được chúng ta sẽ thấy gì? Tôi chắc chắn không làm vậy vì tôi chưa bao giờ vượt qua được cửa. Trước khi tôi ngất đi, bố đã đưa tôi đi tìm bác sĩ. Cuộc triển lãm của chúng tôi đã kết thúc và tôi có thể nói rằng mẹ tôi không hài lòng*  
**Lời giải chi tiết:**  
  
A He / She doesn't remember anything about the exhibition itself.  
*(Anh ấy / Cô ấy không nhớ bất cứ điều gì về cuộc triển lãm.)*  
Thông tin: “Before I could faint, my dad took me off to find a doctor. That was the end of the exhibition for us, and I could tell that my mum wasn’t pleased.”  
*(Trước khi tôi ngất đi, bố đã đưa tôi đi tìm bác sĩ. Cuộc triển lãm của chúng tôi đã kết thúc như vậy và tôi có thể nói rằng mẹ tôi không hài lòng.)*  
**=> Speaker 4**  
B He / She remembers the exhibition because it was very boring.  
*(Anh ấy / Cô ấy nhớ buổi triển lãm vì nó rất nhàm chán.)*  
**=> Không có thông tin phù hợp**  
C He / She remembers the exhibition being rather amusing  
*(Anh ấy / Cô ấy nhớ cuộc triển lãm khá thú vị)*  
Thông tin: “As a result, some of the pieces made me laugh.”  
*(Kết quả là một số đoạn khiến tôi bật cười.)*  
**=> Speaker 1**  
D He / She only remembers one of the pieces in the exhibition.  
*(Anh ấy / Cô ấy chỉ nhớ được một tác phẩm trong triển lãm.)*  
Thông tin: “I didn’t bother with the other works because I only had eyes for the queen”  
*(Tôi không bận tâm đến những tác phẩm khác vì tôi chỉ để mắt đến nữ hoàng)*  
**=> Speaker 3**  
E He / She remembers something embarrassing happening at the exhibition.  
*(Anh ấy / Cô ấy nhớ lại điều gì đó đáng xấu hổ xảy ra ở buổi triển lãm.)*  
Thông tin: “He told me, in a very loud voice, that I was not to go near the exhibits. All the other visitors turned around to see what was going on, which made me want to disappear.”  
*(Anh ấy nói với tôi bằng một giọng rất lớn rằng tôi không được đến gần các buổi triển lãm. Tất cả những du khách khác đều quay lại để xem chuyện gì đang xảy ra, khiến tôi chỉ muốn biến mất.)*  
**=> Speaker 2**  
**2. Listen again. Which words or phrases helped give you the information that you needed to match the speaker with the sentences?**  
*(Nghe lại. Những từ hoặc cụm từ nào đã giúp cung cấp cho bạn thông tin bạn cần để nối người nói với câu?)*  
**Lời giải chi tiết:**  
1 made me laugh  
*(đã làm tôi cười)*  
2 made me want to disappear  
*(làm tôi muốn biến mất)*  
3 I only had eyes for the queen  
*(Tôi chỉ để mắt đến nữ hoàng)*  
4 Who knows what we were going to see?  
*(Ai biết được chúng ta sẽ thấy gì?)*  
**Speaking**  
**3. Work in pairs. You are staying with your English penfriend and want to go to an exhibition where you will learn more about British culture. Express your opinions about the three exhibitions. Which one will you go to see? Justify your choice and say why you are rejecting the other options.**  
*(Làm việc theo cặp. Bạn đang ở cùng với người bạn qua thư người Anh và muốn đi tham dự một cuộc triển lãm nơi bạn có thể tìm hiểu thêm về văn hóa Anh. Bày tỏ ý kiến của bạn về ba cuộc triển lãm. Bạn sẽ đi xem cái nào? Giải thích cho sự lựa chọn của bạn và nói lý do tại sao bạn từ chối các lựa chọn khác.)*  
  
**Lời giải chi tiết:**  
**Bài tham khảo**  
I find Option 1, the exhibition showcasing West London in photos spanning 50 years of London street life, particularly intriguing. This exhibit promises a unique and captivating perspective on British culture by immersing visitors in the visual narrative of the city's history and the dynamic cultural changes it has experienced. Exploring the daily lives of Londoners through the lens of skilled photographers offers an authentic and immersive experience.  
While Option 2, featuring objects that shaped a nation, piques my interest, I believe that the power of photography lies in its ability to convey a broader and more evocative cultural story. Photographs have the unique capability of telling intricate tales and reflecting the essence of a community over an extended period.  
While Option 3, highlighting contemporary British artists, is undoubtedly appealing, it may not provide the historical context we seek to understand British culture comprehensively. Therefore, my preference leans towards Option 1, as it seems to be the most promising choice for gaining insights into the cultural evolution of West London, skillfully captured through the lenses of talented photographers.  
**Tạm dịch**  
*Tôi thấy Lựa chọn 1, triển lãm giới thiệu Tây London qua những bức ảnh trải dài 50 năm cuộc sống đường phố ở London, đặc biệt hấp dẫn. Triển lãm này hứa hẹn một góc nhìn độc đáo và quyến rũ về văn hóa Anh bằng cách khiến du khách đắm chìm trong câu chuyện trực quan về lịch sử của thành phố và những thay đổi văn hóa năng động mà thành phố đã trải qua. Khám phá cuộc sống hàng ngày của người dân London qua lăng kính của các nhiếp ảnh gia lành nghề mang đến trải nghiệm chân thực và phong phú.*  
*Trong khi Lựa chọn 2, với những đồ vật hình thành nên một quốc gia, khơi gợi sự quan tâm của tôi, tôi tin rằng sức mạnh của nhiếp ảnh nằm ở khả năng truyền tải một câu chuyện văn hóa rộng hơn và gợi nhiều liên tưởng hơn. Những bức ảnh có khả năng độc đáo là kể những câu chuyện phức tạp và phản ánh bản chất của một cộng đồng trong một thời gian dài.*  
*Mặc dù Lựa chọn 3, nêu bật các nghệ sĩ đương đại của Anh, chắc chắn là hấp dẫn, nhưng nó có thể không cung cấp bối cảnh lịch sử mà chúng tôi muốn tìm hiểu một cách toàn diện về văn hóa Anh. Do đó, sở thích của tôi nghiêng về Tùy chọn 1, vì nó có vẻ là lựa chọn hứa hẹn nhất để hiểu rõ hơn về sự phát triển văn hóa của Tây London, được ghi lại một cách khéo léo qua ống kính của các nhiếp ảnh gia tài năng.*  
**Reading**  
**4. Read three texts connected with films and choose the correct answers.**  
*(Đọc ba đoạn văn có liên quan đến phim và chọn câu trả lời đúng.)*  
**56 Up**  
On ITV tonight, there's another chance to see part of the latest documentary in the **Up** series. Since the first instalment in 1964, director Michael Apted has been following the lives of fourteen British citizens from all walks of life, catching up with them every seven years to see what has changed. The participants were first filmed aged seven, when their social differences were already noticeable: some were living in children's homes while others were attending expensive private schools. The aim of the documentary has been to explore the idea that a child's future is already decided by the time he or she is seven years old. To find out how far the theory is true, you will have to watch tonight's programme, which shows the participants aged 56. Viewers who have seen the previous documentary may be in for some surprises!  
**1** The author of the text wants to  
a encourage readers to watch a TV programme.  
b find out if children's backgrounds affect their futures.  
c explore the differences between the classes in the UK.  
**Tạm dịch**  
*56 Up*  
*Trên ITV tối nay, có một cơ hội khác để xem một phần của bộ phim tài liệu mới nhất trong loạt phim Up. Kể từ phần đầu tiên vào năm 1964, đạo diễn Michael Apted đã theo dõi cuộc sống của 14 công dân Anh thuộc mọi tầng lớp xã hội, theo dõi họ bảy năm một lần để xem điều gì đã thay đổi. Những người tham gia được quay phim lần đầu tiên vào lúc 7 tuổi, khi sự khác biệt xã hội của họ đã lộ rõ: một số sống trong nhà trẻ trong khi những người khác đang theo học tại các trường tư đắt tiền. Mục đích của bộ phim tài liệu này là khám phá ý tưởng rằng tương lai của một đứa trẻ đã được quyết định khi trẻ lên 7 tuổi. Để biết lý thuyết này đúng đến mức nào, bạn sẽ phải xem chương trình tối nay, chiếu những người tham gia ở độ tuổi 56. Những khán giả đã xem bộ phim tài liệu trước đó có thể sẽ ngạc nhiên!*  
**Lời giải chi tiết:**  
**1** The author of the text wants to  
*(Tác giả của văn bản muốn)*  
a encourage readers to watch a TV programme.  
*(khuyến khích độc giả xem một chương trình truyền hình.)*  
b find out if children's backgrounds affect their futures.  
*(tìm hiểu xem hoàn cảnh của trẻ em có ảnh hưởng đến tương lai của chúng hay không.)*  
c explore the differences between the classes in the UK.  
*(khám phá sự khác biệt giữa các tầng lớp ở Anh.)*  
Thông tin: “On ITV tonight, there's another chance to see part of the latest documentary in the **Up** series. - Viewers who have seen the previous documentary may be in for some surprises!”  
*(Trên ITV tối nay, có một cơ hội khác để xem một phần của bộ phim tài liệu mới nhất trong loạt phim Up. - Những khán giả đã xem bộ phim tài liệu trước đó có thể sẽ ngạc nhiên!)*  
**=> Chọn a**  
**4DX: THE ULTIMATE CINEMA EXPERIENCE**  
If you thought 3D films were the latest in the world of cinema, then it's time for you to think again. A UK cinema chain is currently investing millions in new technology to bring 4DX films to their screens. The audience will sit in seats that move forwards and backwards and from side to side to simulate the action on screen. Meanwhile, water, air and smoke will be used to provide the rain, wind and fog of weather conditions, and special lighting will be used to create a storm. Aromas such as coffee will be pumped into the cinema to complete the experience, which will result in the audience being much closer to the drama in the film. The company's first 4DX cinema, complete with a curved screen measuring 10.5 m by 5.8 m, is already open for bookings.  
**Tạm dịch**  
*4DX: TRẢI NGHIỆM ĐIỆN ẢNH TUYỆT VỜI*  
*Nếu bạn nghĩ phim 3D là loại phim mới nhất trong thế giới điện ảnh thì đã đến lúc bạn phải suy nghĩ lại. Một chuỗi rạp chiếu phim ở Anh hiện đang đầu tư hàng triệu USD vào công nghệ mới để đưa phim 4DX lên màn ảnh của họ. Khán giả sẽ ngồi ở những chiếc ghế di chuyển tới lui, từ bên này sang bên kia để mô phỏng hành động trên màn hình. Trong khi đó, nước, không khí và khói sẽ được sử dụng để cung cấp mưa, gió và sương mù cho các điều kiện thời tiết và ánh sáng đặc biệt sẽ được sử dụng để tạo ra bão. Những hương thơm như cà phê sẽ được bơm vào rạp chiếu phim để trọn vẹn trải nghiệm, điều này sẽ khiến khán giả đến gần hơn với kịch tính trong phim. Rạp chiếu phim 4DX đầu tiên của công ty, hoàn chỉnh với màn hình cong có kích thước 10,5 m x 5,8 m, đã mở cửa nhận đặt chỗ.*  
**2** What is remarkable about the new technology?  
*(Công nghệ mới có gì đáng chú ý?)*  
a The films will be shown in 3D.  
*(Các bộ phim sẽ được trình chiếu dưới dạng 3D.)*  
b The special effects will appeal to more of the senses.  
*(Các hiệu ứng đặc biệt sẽ thu hút nhiều giác quan hơn.)*  
c The audience will take part in the action.  
*(Khán giả sẽ tham gia vào hành động.)*  
Thông tin: “The audience will sit in seats that move forwards and backwards and from side to side to simulate the action on screen. Meanwhile, water, air and smoke will be used to provide the rain, wind and fog of weather conditions, and special lighting will be used to create a storm. Aromas such as coffee will be pumped into the cinema”  
*(Khán giả sẽ ngồi ở những chiếc ghế di chuyển tới lui, từ bên này sang bên kia để mô phỏng hành động trên màn hình. Trong khi đó, nước, không khí và khói sẽ được sử dụng để cung cấp mưa, gió và sương mù cho các điều kiện thời tiết và ánh sáng đặc biệt sẽ được sử dụng để tạo ra bão. Những hương thơm như cà phê sẽ được bơm vào rạp chiếu phim)*  
**=> Chọn b**  
**Becoming a film extra**  
If you want to get into acting, then working as a film extra can help you on your way. Like any job, it can take a little while to find the first one. The best way to go about it is to register with an online extras directory. Complete your profile with details about your appearance, personality and experience, and send in some photos of yourself in natural poses. Check the adverts on the site regularly and apply for any that seem interesting. Once you get your first job, make sure you turn up on time and find your contact person immediately. Pay attention at all times and follow the directions of the film crew. Being an extra requires a lot of patience, but it also gives you valuable experience, a little cash and maybe a chance to meet some of the stars.  
**Tạm dịch**  
*Trở thành một diễn viên phụ*  
*Nếu bạn muốn tham gia diễn xuất, thì việc đóng phim phụ có thể giúp ích cho bạn trên con đường của mình. Giống như bất kỳ công việc nào, có thể mất một chút thời gian để tìm được công việc đầu tiên. Cách tốt nhất để làm điều đó là đăng ký với một thư mục bổ sung trực tuyến. Hoàn thiện hồ sơ của bạn với các chi tiết về ngoại hình, tính cách và kinh nghiệm của bạn, đồng thời gửi một số bức ảnh của bạn trong tư thế tự nhiên. Hãy kiểm tra các quảng cáo trên trang web thường xuyên và đăng ký bất kỳ quảng cáo nào có vẻ thú vị. Khi bạn nhận được công việc đầu tiên, hãy đảm bảo bạn có mặt đúng giờ và tìm người liên hệ ngay lập tức. Luôn chú ý và làm theo sự chỉ dẫn của đoàn làm phim. Làm vai phụ đòi hỏi rất nhiều kiên nhẫn nhưng nó cũng mang lại cho bạn kinh nghiệm quý giá, một ít tiền mặt và có thể là cơ hội gặp gỡ một số ngôi sao.*  
**3** The purpose of the text is to  
*(Mục đích của văn bản là)*  
a explain what film extras have to do.  
*(giải thích những gì diễn viên phụ của phim phải làm.)*  
b provide a list of requuirements to be a film extra.  
*(cung cấp danh sách các yêu cầu để được làm diễn viên phụ.)*  
c give advice on finding work as a film extra.  
*(cho lời khuyên về việc tìm việc làm diễn viên phụ.)*  
Thông tin: “Like any job, it can take a little while to find the first one. The best way to go about it is to register with an online extras directory.”  
*(Giống như bất kỳ công việc nào, có thể mất một chút thời gian để tìm được công việc đầu tiên. Cách tốt nhất để làm điều đó là đăng ký với một thư mục bổ sung trực tuyến.)*  
**=> Chọn c**  
  
**Grammar and vocabulary**  
**5. Choose the correct answers.**  
*(Chọn những đáp án đúng.)*  
Bibliotherapy: a novel idea  
We often think of novels as places in **1\_\_\_\_\_\_** to lose ourselves, but the truth is that reading can have a much more far-reaching effect. If you find **2\_\_\_\_\_\_** in trouble, there's always a book to remind you that others have been there before. It's just a question of finding the right book. And that is where bibliotherapy comes in: the use of books to help people deal with their problems, whatever they **3\_\_\_\_\_\_** be. The treatment has become more **4\_\_\_\_\_\_** more common in recent years, and today it is practised **5\_\_\_\_\_\_** psychologists - and librarians - all over the world. There is also scientific evidence in favour of the technique. Researchers at Sussex University in the UK have found that reading is a more effective way of relieving stress than listening to music, going for a walk or sitting down **6\_\_\_\_\_\_** with a cup of tea. After just six minutes with a book - any book - the people in the study found their stress levels **7\_\_\_\_\_\_** reduced by up to 68%. This suggests that the therapy could help people **8\_\_\_\_\_\_** lives have become meaningless leading them to fall into depression. If they have the right book recommended to **9\_\_\_\_\_\_**, they may get over their illness quicker. Bibliotherapy can certainly **10\_\_\_\_\_\_** no harm. At the very least, a patient will discover some great new titles to read.  
  
   
  
1 a where  
b which  
c who  
  
   
  
2 a you  
b your  
c yourself  
  
   
  
3 a can  
b may  
c will  
  
   
  
4 a and  
b in  
c than  
  
   
  
5 a by  
b for  
c of  
  
   
  
6 a anywhere  
b everywhere  
c somewhere  
  
   
  
7 a are  
b been  
c were  
  
   
  
8 a which  
b whose  
c who  
  
   
  
9 a themselves  
b they  
c them  
  
   
10 a do  
b make  
c take  
**Lời giải chi tiết:**  
  
**1. b**  
a where: nơi mà  
b which: cái mà  
c who: người mà  
“in which” = “where”: nơi mà  
We often think of novels as places in **which** to lose ourselves,  
*(Chúng ta thường nghĩ tiểu thuyết là nơi để thả mình vào đó,)*  
**=> Chọn b**  
**2. c**  
a you: chủ ngữ, đứng trước động từ *(bạn)*  
b your: tính từ sở hữu, đứng trước danh từ *(của bạn)*  
c yourself: đại từ phản thân *(chính bạn)*  
If you find **yourself** in trouble, there's always a book to remind you that others have been there before.  
*(Nếu bạn thấy mình gặp rắc rối, luôn có một cuốn sách nhắc nhở bạn rằng trước đây đã có người khác từng gặp phải.)*  
**=> Chọn c**  
**3. b**  
a can: có thể  
b may: có lẽ  
c will: sẽ  
the use of books to help people deal with their problems, whatever they **may** be.  
*(việc sử dụng sách để giúp mọi người giải quyết các vấn đề của họ, bất kể vấn đề đó là gì.)*  
**=> Chọn b**  
**4. a**  
a and: và  
b in: trong  
c than: hơn  
The treatment has become more **and** more common in recent years,  
*(Việc điều trị ngày càng trở nên phổ biến trong những năm gần đây,)*  
**=> Chọn a**  
**5. a**  
a by: bởi  
b for: cho  
c of: của  
and today it is practised **by** psychologists - and librarians - all over the world.  
*(và ngày nay nó được thực hành bởi các nhà tâm lý học - và các thủ thư - trên khắp thế giới.)*  
**=> Chọn a**  
**6. c**  
a anywhere: bất cứ đâu  
b everywhere: mọi nơi  
c somewhere: đâu đó  
Researchers at Sussex University in the UK have found that reading is a more effective way of relieving stress than listening to music, going for a walk or sitting down **somewhere** with a cup of tea.  
*(Các nhà nghiên cứu tại Đại học Sussex ở Anh đã phát hiện ra rằng đọc sách là cách giải tỏa căng thẳng hiệu quả hơn là nghe nhạc, đi dạo hay ngồi đâu đó với một tách trà.)*  
**=> Chọn c**  
**7. c**  
Cấu trúc thì quá khứ đơn chủ ngữ số nhiều ở dạng khẳng định với động từ tobe: S + were.  
After just six minutes with a book - any book - the people in the study found their stress levels **were** reduced by up to 68%.  
*(Chỉ sau sáu phút đọc một cuốn sách - bất kỳ cuốn sách nào - những người tham gia nghiên cứu nhận thấy mức độ căng thẳng của họ đã giảm tới 68%.)*  
**=> Chọn c**  
**8. b**  
a which: cái mà  
b whose: người mà có  
c who: người mà  
This suggests that the therapy could help people **whose** lives have become meaningless leading them to fall into depression.  
*(Điều này cho thấy liệu pháp này có thể giúp những người có cuộc sống trở nên vô nghĩa khiến họ rơi vào trầm cảm.)*  
**=> Chọn b**  
**9. c**  
a themselves: đại từ phản thân *(chính họ)*  
b they: chủ ngữ, đứng trước đông từ *(họ)*  
c them: tân ngữ, đứng sau giới từ hoặc động từ *(họ)*  
If they have the right book recommended to **them**, they may get over their illness quicker.  
*(Nếu họ được giới thiệu cuốn sách phù hợp, họ có thể khỏi bệnh nhanh hơn.)*  
**=> Chọn c**  
**10. a**  
a do (v): làm  
b make (v): làm ra  
c take (v): lấy  
Cụm từ “do no harm” *(không gây hại)*  
Bibliotherapy can certainly **do** no harm.  
*(Liệu pháp đọc sách chắc chắn không gây hại gì.)*  
**=> Chọn a**  
**Bài hoàn chỉnh**  
Bibliotherapy: a novel idea  
We often think of novels as places in **which** to lose ourselves, but the truth is that reading can have a much more far-reaching effect. If you find **yourself** in trouble, there's always a book to remind you that others have been there before. It's just a question of finding the right book. And that is where bibliotherapy comes in: the use of books to help people deal with their problems, whatever they **may** be. The treatment has become more **and** more common in recent years, and today it is practised **by** psychologists - and librarians - all over the world. There is also scientific evidence in favour of the technique. Researchers at Sussex University in the UK have found that reading is a more effective way of relieving stress than listening to music, going for a walk or sitting down **somewhere** with a cup of tea. After just six minutes with a book - any book - the people in the study found their stress levels **were** reduced by up to 68%. This suggests that the therapy could help people **whose** lives have become meaningless leading them to fall into depression. If they have the right book recommended to **them**, they may get over their illness quicker. Bibliotherapy can certainly **do** no harm. At the very least, a patient will discover some great new titles to read.  
**Tạm dịch**  
*Liệu pháp đọc sách: một ý tưởng mới lạ*  
*Chúng ta thường nghĩ tiểu thuyết là nơi để thả mình vào đó, nhưng sự thật là việc đọc có thể có tác dụng sâu rộng hơn nhiều. Nếu bạn thấy mình gặp rắc rối, luôn có một cuốn sách nhắc nhở bạn rằng trước đây đã có người khác từng gặp phải. Vấn đề chỉ là tìm đúng cuốn sách mà thôi. Và đó chính là lúc liệu pháp đọc sách xuất hiện: việc sử dụng sách để giúp mọi người giải quyết các vấn đề của họ, bất kể vấn đề đó là gì. Việc điều trị ngày càng trở nên phổ biến trong những năm gần đây và ngày nay nó được các nhà tâm lý học - và các thủ thư - trên khắp thế giới thực hiện. Ngoài ra còn có bằng chứng khoa học ủng hộ kỹ thuật này. Các nhà nghiên cứu tại Đại học Sussex ở Anh đã phát hiện ra rằng đọc sách là cách giải tỏa căng thẳng hiệu quả hơn là nghe nhạc, đi dạo hay ngồi đâu đó với một tách trà. Chỉ sau sáu phút đọc một cuốn sách - bất kỳ cuốn sách nào - những người tham gia nghiên cứu nhận thấy mức độ căng thẳng của họ đã giảm tới 68%. Điều này cho thấy liệu pháp này có thể giúp những người có cuộc sống trở nên vô nghĩa khiến họ rơi vào trầm cảm. Nếu họ được giới thiệu cuốn sách phù hợp, họ có thể khỏi bệnh nhanh hơn. Liệu pháp đọc sách chắc chắn không gây hại gì. Ít nhất, bệnh nhân sẽ khám phá ra một số tựa sách mới hay để đọc.*  
**Writing**  
**6. Your teacher has asked you to write a film review for the school magazine. Write your review describing the film and say what you liked and did not like about it.**  
*(Giáo viên của bạn đã yêu cầu bạn viết bài phê bình phim cho tạp chí của trường. Viết bài đánh giá của bạn mô tả bộ phim và nói những gì bạn thích và không thích về nó.)*  
**Lời giải chi tiết:**  
**Bài tham khảo**  
"Beyond the Horizon" - A Cinematic Masterpiece  
"Beyond the Horizon," directed by the visionary filmmaker Delphine Lehericey, is a cinematic triumph that immerses audiences in a visually stunning and emotionally charged narrative. The film showcases breathtaking cinematography, expertly bringing the story to life.  
The standout performances of lead actors add depth and authenticity to their characters, elevating the emotional impact of the film. The screenplay skillfully balances tension, emotion, and unexpected twists, creating a truly engaging narrative.  
While the film excels in many aspects, there are minor pacing issues in certain scenes and underexplored subplots. Despite these, "Beyond the Horizon" remains a must-watch, leaving a lasting impression with its remarkable visuals, stellar performances, and impactful storytelling. Delphine Lehericey has created a cinematic gem that not only entertains but also challenges and resonates with its audience.  
**Tạm dịch**  
*“Beyond the Horizon” - Kiệt tác điện ảnh*  
*“Beyond the Horizon,” do nhà làm phim có tầm nhìn xa trông rộng Delphine Lehericey đạo diễn, là một thành công điện ảnh khiến khán giả đắm chìm trong một câu chuyện có hình ảnh ấn tượng và giàu cảm xúc. Bộ phim sử dụng kỹ thuật quay phim ngoạn mục, đưa câu chuyện vào cuộc sống một cách chuyên nghiệp.*  
*Diễn xuất nổi bật của các diễn viên chính tạo thêm chiều sâu và tính chân thực cho nhân vật của họ, nâng cao tác động cảm xúc của bộ phim. Kịch bản đã khéo léo cân bằng sự căng thẳng, cảm xúc và những tình tiết bất ngờ, tạo nên một câu chuyện thực sự hấp dẫn.*  
*Mặc dù bộ phim vượt trội về nhiều mặt nhưng vẫn có một số vấn đề nhỏ về nhịp độ ở một số cảnh nhất định và các tình tiết phụ chưa được khám phá. Bất chấp những điều này, "Beyond the Horizon" vẫn là một bộ phim phải xem, để lại ấn tượng lâu dài nhờ hình ảnh vượt trội, màn trình diễn xuất sắc và cách kể chuyện đầy sức ảnh hưởng. Delphine Lehericey đã tạo ra một viên ngọc điện ảnh không chỉ mang tính giải trí mà còn thách thức và gây được tiếng vang với khán giả.*  
**Cumulative Review 5 (Units I-8)**  
**Listening**  
**1. Listen and choose the correct answers.**  
*(Nghe và chọn câu trả lời đúng.)*  
**1** Listen to speaker 1. What is the reason for the announcement?  
a To explain what to do in an emergency  
b To tell passengers how to fasten their seat belts  
c To give the necessary safety information  
**2** Listen to dialogue 2. Where does the woman's train leave from?  
a Platform 3  
b Platform 8  
c Platform 11  
**3** Listen to speaker 3. How long will the flight be delayed for?  
a Less than an hour  
b About an hour  
c More than an hour  
**4** Listen to dialogue 4. Where is the bus stop?  
a Outside the cinema  
b In the car park of the shopping mall  
c Outside the front entrance of the shopping mall  
**5** Listen to speaker 5. Which route only has one sailing per week?  
a Portsmouth to Santander  
b Plymouth to Santander  
c Portsmouth to Bilbao  
**Phương pháp giải:**  
**Bài nghe**  
1  
… Can I have your attention, please, ladies and gentlemen? Thank you. Just a few things before we set off for Plymouth. This coach is fitted with seat belts, which must be worn for the duration of the journey. Passengers caught not wearing one may be fined up to £500. The exits are the doors at the front and back of the vehicle, and the emergency exits are through the windows. These are clearly marked and there is a small hammer for breaking the glass. So now sit back, put your seat belts on, and please try to enjoy the journey. Thank you for your attention.  
2  
**Passenger:** Um, excuse me. I wonder if you can help me.  
**Guard:** I’ll certainly try.  
**Passenger:** Can you tell me which platform the train to Birmingham goes from?  
**Guard:** Well, the Birmingham trains usually go from platform 3, but the next one is direct – that’s the 11.15 – so it leaves from platform 8. But you’ll have to hurry because it’s 11.14 already.  
**Passenger:** Thanks, but my train is the 11.45. Will that leave from platform 8 too?  
**Guard:** No, the 11.45 isn’t direct, so it goes from platform 3.  
**Passenger:** Thanks a lot.  
3  
This is an announcement for passengers waiting at gate B28 for flight EZY6035 to Bristol. We regret to inform you that this flight is delayed due to the late arrival of the incoming plane. This delay will be approximately 90 minutes. Please be advised that because of the delay, the gate number and boarding time of your flight has been changed. The flight will now be boarding from gate A8 at approximately 14.25. That’s twenty-five past two at gate A8. We apologise for the inconvenience  
4  
**Dan:** You’re new here, aren’t you?  
**Ruby:** Yes, I am.  
**Dan:** So, what do you think of our school?  
**Ruby:** I like it. But it takes me ages to get here. I walked this morning, and it took me nearly half an hour!  
**Dan:** Where do you live? Near the shopping mall on the other side of town.  
**Dan:** Me too! Why don’t you get the bus? The number 23 stops right outside the school.  
**Ruby:** That might be better. Does it go from the mall? I’ve seen some bus stops outside the front entrance.  
**Dan:** No, the 23 goes past the car park and stops outside the cinema. Why don’t we get the bus home together after school? Then I can show you the bus stop.  
**Ruby:** Thanks. That would be great!  
5  
Why spend hours waiting at the airport when you could spend a day or more relaxing at sea on the way to your holiday destination? Our ferry service operates a luxury cruise to Spain with a choice of routes from Plymouth and Portsmouth to Santander and Bilbao. Departures from Plymouth are on Sunday afternoons, and by Monday lunchtime, you will be arriving at Santander. The return journey is on a Wednesday evening. From Portsmouth, there are two sailings each week to both Santander and Bilbao. Choose the best crossing for you, or mix and match routes as you please. Our on-board experience allows you to get into the holiday spirit from the moment you leave the country.  
**Tạm dịch**  
*1*  
*… Làm ơn chú ý được không, thưa quý vị? Cảm ơn. Chỉ có vài điều trước khi chúng ta khởi hành tới Plymouth. Xe này này được trang bị dây an toàn và phải được đeo trong suốt hành trình. Hành khách bị phát hiện không đeo khẩu trang có thể bị phạt tới 500 bảng Anh. Lối thoát hiểm là cửa ở phía trước và phía sau xe, lối thoát hiểm là qua cửa sổ. Chúng được đánh dấu rõ ràng và có một chiếc búa nhỏ để đập vỡ kính. Vì vậy, bây giờ hãy ngồi lại, thắt dây an toàn và cố gắng tận hưởng chuyến đi. Cám ơn vì sự quan tâm của bạn.*  
*2*  
*Hành khách: Ừm, xin lỗi. Tôi tự hỏi nếu bạn có thể giúp tôi.*  
*Bảo vệ: Tôi chắc chắn sẽ cố gắng.*  
*Hành khách: Bạn có thể cho tôi biết tàu tới Birmingham đi từ sân ga nào không?*  
*Bảo vệ: À, tàu Birmingham thường đi từ sân ga số 3, nhưng chuyến tiếp theo sẽ đi thẳng – đó là chuyến 11 giờ 15 – nên nó sẽ khởi hành từ sân ga số 8. Nhưng cậu sẽ phải nhanh lên vì bây giờ là 11 giờ 14 rồi.*  
*Hành khách: Cảm ơn, nhưng chuyến tàu của tôi là chuyến 11 giờ 45. Điều đó cũng sẽ rời khỏi ở sân ga 8 chứ?*  
*Bảo vệ: Không, 11 giờ 45 không phải là trực tiếp nên nó đi từ sân ga 3.*  
*Hành khách: Cảm ơn rất nhiều.*  
*3*  
*Đây là thông báo dành cho hành khách chờ tại cổng B28 chuyến bay EZY6035 đi Bristol. Chúng tôi rất tiếc phải thông báo với bạn rằng chuyến bay này bị trì hoãn do máy bay đến đến muộn. Sự chậm trễ này sẽ là khoảng 90 phút. Xin lưu ý rằng do sự chậm trễ nên số cổng và thời gian lên máy bay của chuyến bay của bạn đã bị thay đổi. Chuyến bay sẽ khởi hành từ cổng A8 vào khoảng 14h25. Lúc đó là 2 giờ 25 ở cổng A8. Chúng tôi xin lỗi vì sự bất tiện này.*  
*4*  
*Dan: Bạn là người mới ở đây phải không?*  
*Ruby: Đúng vậy.*  
*Dan: Vậy bạn nghĩ gì về trường của chúng tôi?*  
*Ruby: Tôi thích nó. Nhưng tôi phải mất nhiều thời gian mới đến được đây. Sáng nay tôi đã đi bộ và mất gần nửa tiếng đồng hồ!*  
*Đan: Bạn sống ở đâu? Gần trung tâm mua sắm ở phía bên kia của thị trấn.*  
*Đan: Tôi cũng vậy! Tại sao bạn không bắt xe buýt? Số 23 dừng ngay bên ngoài trường.*  
*Ruby: Điều đó có thể tốt hơn. Nó có đi từ trung tâm mua sắm không? Tôi đã thấy một số điểm dừng xe buýt bên ngoài lối vào phía trước.*  
*Dan: Không, xe số 23 đi ngang qua bãi đậu xe và dừng lại bên ngoài rạp chiếu phim. Tại sao chúng ta không cùng bắt xe buýt về nhà sau giờ học nhỉ? Sau đó tôi có thể chỉ cho bạn trạm xe buýt.*  
*Ruby: Cảm ơn. Điều đó sẽ tuyệt vời!*  
*5*  
*Tại sao phải dành hàng giờ chờ đợi ở sân bay khi bạn có thể dành một ngày hoặc nhiều hơn để thư giãn trên biển trên đường đến điểm đến trong kỳ nghỉ của mình? Dịch vụ phà của chúng tôi khai thác một hành trình sang trọng đến Tây Ban Nha với nhiều tuyến đường lựa chọn từ Plymouth và Portsmouth đến Santander và Bilbao. Các chuyến khởi hành từ Plymouth là vào các buổi chiều Chủ Nhật và đến giờ ăn trưa Thứ Hai, bạn sẽ đến Santander. Chuyến trở về diễn ra vào tối thứ Tư. Từ Portsmouth, có hai chuyến đi mỗi tuần tới cả Santander và Bilbao. Chọn lối đi qua tốt nhất cho bạn hoặc kết hợp các tuyến đường theo ý muốn. Trải nghiệm trên máy bay của chúng tôi cho phép bạn hòa nhập vào tinh thần kỳ nghỉ ngay từ khi bạn rời khỏi đất nước.*  
**Lời giải chi tiết:**  
  
**1** Listen to speaker 1. What is the reason for the announcement?  
*(Nghe người nói 1. Lý do đưa ra thông báo là gì?)*  
a To explain what to do in an emergency  
*(Để giải thích những việc cần làm trong trường hợp khẩn cấp)*  
b To tell passengers how to fasten their seat belts  
*(Hướng dẫn hành khách cách thắt dây an toàn)*  
c To give the necessary safety information  
*(Cung cấp thông tin an toàn cần thiết)*  
Thông tin: “Just a few things before we set off for Plymouth. This coach is fitted with seat belts, which must be worn for the duration of the journey.”  
*(Chỉ một vài điều trước khi chúng ta khởi hành đến Plymouth. Xe này được trang bị dây an toàn và phải được đeo trong suốt hành trình.)*  
**=> Chọn c**  
**2** Listen to dialogue 2. Where does the woman's train leave from?  
*(Nghe đoạn hội thoại 2. Chuyến tàu của người phụ nữ khởi hành từ đâu?)*  
a Platform 3  
*(Sân ga 3)*  
b Platform 8  
*(Sân ga 8)*  
c Platform 11  
*(Sân ga 11)*  
Thông tin: “the 11.45 isn’t direct, so it goes from platform 3.”  
*(Chuyến 11.45 không đi trực tiếp nên nó khởi hành từ sân ga 3.)*  
**=> Chọn a**  
**3** Listen to speaker 3. How long will the flight be delayed for?  
*(Nghe người nói 3. Chuyến bay sẽ bị hoãn trong bao lâu?)*  
a Less than an hour  
*(Chưa đầy một giờ)*  
b About an hour  
*(Khoảng một giờ)*  
c More than an hour  
*(Hơn một giờ)*  
Thông tin: “This delay will be approximately 90 minutes.”  
*(Sự chậm trễ này sẽ kéo dài khoảng 90 phút.)*  
**=> Chọn c**  
**4** Listen to dialogue 4. Where is the bus stop?  
*(Nghe đoạn hội thoại 4. Trạm xe buýt ở đâu?)*  
a Outside the cinema  
*(Bên ngoài rạp chiếu phim)*  
b In the car park of the shopping mall  
*(Trong bãi đậu xe của trung tâm mua sắm)*  
c Outside the front entrance of the shopping mall  
*(Bên ngoài lối vào phía trước của trung tâm mua sắm)*  
Thông tin: “the 23 goes past the car park and stops outside the cinema.”  
*(Chuyến 23 đi ngang qua bãi đậu xe và dừng lại bên ngoài rạp chiếu phim.)*  
**=> Chọn a**  
**5** Listen to speaker 5. Which route only has one sailing per week?  
*(Nghe người nói 5. Tuyến đường nào chỉ có một chuyến đi mỗi tuần?)*  
a Portsmouth to Santander  
*(Portsmouth tới Santander)*  
b Plymouth to Santander  
*(Plymouth đến Santander)*  
c Portsmouth to Bilbao  
*(Portsmouth đến Bilbao)*  
Thông tin: “Departures from Plymouth are on Sunday afternoons, and by Monday lunchtime, you will be arriving at Santander.”  
*(Các chuyến khởi hành từ Plymouth là vào các buổi chiều Chủ nhật và đến giờ ăn trưa Thứ Hai, bạn sẽ đến Santander.)*  
**=> Chọn b**  
**Speaking**  
**2. Work in pairs. Look at the photo and answer the questions.**  
*(Làm việc theo cặp. Nhìn vào bức ảnh và trả lời các câu hỏi.)*  
1 How do you think the people are feeling?  
2 How effective is public transport where you live?  
3 Have you been on a journey in which you experienced a similar situation to this? Why were there so many people?  
   
**Lời giải chi tiết:**  
1 How do you think the people are feeling?  
*(Bạn nghĩ mọi người đang cảm thấy thế nào?)*  
**Trả lời:** People are feeling uncomfortable, perhaps a bit frustrated or impatient. Some might be trying to find a comfortable spot, while others may be dealing with the lack of personal space.  
*(Mọi người đang cảm thấy khó chịu, có lẽ hơi bực bội hoặc thiếu kiên nhẫn. Một số người có thể đang cố gắng tìm một nơi thoải mái, trong khi những người khác có thể đang phải đối mặt với việc thiếu không gian cá nhân.)*  
2 How effective is public transport where you live?  
*(Phương tiện công cộng nơi bạn sống hiệu quả như thế nào?)*  
**Trả lời:** The effectiveness of public transport in my city varies. Overall, it is a convenient and widely used mode of transportation. Buses and trains operate regularly, connecting different parts of the city. However, during peak hours, such as morning and evening rush, overcrowding can be an issue.  
*(Hiệu quả của giao thông công cộng ở thành phố của tôi rất khác nhau. Nhìn chung, nó là một phương thức vận chuyển thuận tiện và được sử dụng rộng rãi. Xe buýt và tàu hỏa hoạt động thường xuyên, kết nối các khu vực khác nhau của thành phố. Tuy nhiên, trong những giờ cao điểm, chẳng hạn như cao điểm buổi sáng và buổi tối, tình trạng quá tải có thể là một vấn đề.)*  
3 Have you been on a journey in which you experienced a similar situation to this? Why were there so many people?  
*(Bạn đã từng đi trên một hành trình nào mà gặp phải tình huống tương tự như thế này chưa? Tại sao lại có nhiều người như vậy?)*  
**Trả lời:** Yes, I've been on a journey where the public transport was extremely crowded. It happened during the morning rush hour when people were commuting to work or school. The buses and trains were packed with passengers, and finding a seat or even standing comfortably was a challenge. The high demand during these peak hours, coupled with limited transport options, led to the crowded conditions. It's a common occurrence in urban areas where a large population relies on public transportation for their daily commute, especially during specific times of the day.  
*(Vâng, tôi đã từng đi một chuyến mà phương tiện công cộng vô cùng đông đúc. Sự việc xảy ra vào giờ cao điểm buổi sáng khi mọi người đang đi làm hoặc đi học. Xe buýt và xe lửa chật cứng hành khách, việc tìm một chỗ ngồi hoặc thậm chí đứng thoải mái là một thách thức. Nhu cầu cao trong những giờ cao điểm này, cùng với việc lựa chọn phương tiện đi lại hạn chế, đã dẫn đến tình trạng đông đúc. Đây là hiện tượng thường xuyên xảy ra ở các khu vực thành thị, nơi có lượng lớn dân số sử dụng phương tiện giao thông công cộng để đi lại hàng ngày, đặc biệt là vào những thời điểm cụ thể trong ngày.)*  
**Reading**  
**3. Match the texts with the questions below. Some questions match with more than one text.**  
*(Nối các đoạn văn với các câu hỏi dưới đây. Một số câu hỏi phù hợp với nhiều đoạn.)*  
Which form(s) of transport  
A employ(s) workers who move between vehicles selling tickets? ☐ ☐  
B hold(s) a world record? ☐ ☐  
C is / are no longer used by commuters? ☐ ☐  
D date(s) back to the start of the 20th century? ☐ ☐  
E carry / carries passengers downhill? ☐ ☐  
F is / are not finished yet? ☐ ☐  
**Alternative commuting**  
**1 Urban cable car**  
The commute between the twin cities of El Alto and La Paz in Bolivia has always been a nightmare. The small white vans that serve as buses take over an hour to cover the winding 10 km route due to horrible traffic - which is why a new cable car system is being installed. Commuters can already use the first line, which carries them high above the houses from the shiny modern terminal at the top of the mountain to a similar one at the bottom. When all three lines are running - red, yellow and green to match the colours of the country's flag - the system will measure nearly 11 km, making it the longest urban cable car in the world.  
**2 Motorised canal boats**  
Formerly known as the 'Venice of the East, Bangkok has numerous waterways crossing the city. The Chao Phraya River runs through the centre, and there are also many canals carrying motorised canal boats. Commuters prefer these to the congested public transport on the roads because they are faster and often cheaper. One such route is the 18 km Saen Saep Canal, which is served by about 100 boats of 40 to 50 seats. The service operates from 5.30 a.m. to 8.30 p.m. on weekdays, closing at 7 pm at the weekend. The canal boats carry around 60,000 passengers each day, and fare collectors can often be seen jumping on and off the moving boats as they are arriving at or leaving a station.  
**3 Hanging train**  
Under normal circumstances, trains usually travel along tracks built into the ground. Not so the Wuppertal Suspension Train in Germany. This particular train is made up of carriages with wheels connected to the roof of the train so that it hangs from an elevated steel frame. The suspension railway runs along a route of 13.3 km at a height of between eight and twelve metres from the ground. The entire trip takes around 30 minutes. But the railway is not a recent addition to the city's transport system; the first track opened in 1901, making it the oldest electric elevated railway with hanging cars in the world. It is still in use today, moving around 25 million passengers each year.  
**4 Toboggan sled ride**  
To the east of Funchal on the island of Madeira lies a suburb called Monte. As the name suggests, the district looks over the city centre. In 1850, the residents created an innovative method of covering the few kilometres between the two sites more quickly: toboggans. These consisted of baskets with seats fixed onto wooden skis, which slid easily down the hill. The toboggan sled service began operating in the late nineteenth century, when uniformed pilots would guide the sleds from behind, using the rubber soles on their shoes as brakes. Today, the ride is merely a tourist attraction because of the cable car built at the turn of the millennium, which connects the two districts.  
**Phương pháp giải:**  
**Tạm dịch**  
*Phương tiện đi lại thay thế*  
*1 Cáp treo đô thị*  
*Việc đi lại giữa hai thành phố song sinh El Alto và La Paz ở Bolivia luôn là một cơn ác mộng. Những chiếc xe tải nhỏ màu trắng đóng vai trò là xe buýt mất hơn một giờ để đi hết tuyến đường dài 10 km quanh co do giao thông khủng khiếp - đó là lý do tại sao hệ thống cáp treo mới đang được lắp đặt. Những người đi làm đã có thể sử dụng tuyến đầu tiên, tuyến này đưa họ lên cao phía trên các ngôi nhà từ nhà ga hiện đại sáng bóng trên đỉnh núi đến nhà ga tương tự ở phía dưới. Khi cả ba tuyến đều chạy - đỏ, vàng và xanh lá cây để phù hợp với màu cờ của đất nước - hệ thống sẽ dài gần 11 km, trở thành cáp treo đô thị dài nhất thế giới.*  
*2 Thuyền kênh có động cơ*  
*Trước đây được gọi là 'Venice của phương Đông, Bangkok có nhiều tuyến đường thủy đi qua thành phố. Sông Chao Phraya chảy qua trung tâm, cũng có nhiều kênh chuyên chở thuyền máy chạy qua kênh. Người đi làm thích những phương tiện này hơn phương tiện giao thông công cộng đông đúc trên đường vì chúng nhanh hơn và thường rẻ hơn. Một trong những tuyến đường như vậy là kênh Saen Saep dài 18 km, được phục vụ bởi khoảng 100 thuyền từ 40 đến 50 chỗ ngồi. Dịch vụ này hoạt động từ 5h30 sáng đến 8h30 tối. vào các ngày trong tuần, đóng cửa lúc 7 giờ tối vào cuối tuần. Những chiếc thuyền trên kênh chở khoảng 60.000 hành khách mỗi ngày và người ta thường thấy những người thu vé nhảy lên xuống những chiếc thuyền đang di chuyển khi họ đến hoặc rời ga.*  
*3 Tàu treo*  
*Trong điều kiện bình thường, đoàn tàu thường di chuyển dọc theo đường ray được xây dựng trong lòng đất. Tàu treo Wuppertal ở Đức không như vậy. Con tàu đặc biệt này được tạo thành từ các toa xe có bánh xe nối với nóc tàu để nó treo trên khung thép nâng cao. Tuyến đường sắt treo chạy dọc theo tuyến đường dài 13,3 km ở độ cao từ 8 đến 12 mét so với mặt đất. Toàn bộ chuyến đi mất khoảng 30 phút. Nhưng đường sắt không phải là sự bổ sung gần đây cho hệ thống giao thông của thành phố; Đường ray đầu tiên được mở vào năm 1901, trở thành tuyến đường sắt trên cao chạy điện lâu đời nhất với toa treo trên thế giới. Nó vẫn còn được sử dụng cho đến ngày nay, vận chuyển khoảng 25 triệu hành khách mỗi năm.*  
*4 Đi xe trượt băng*  
*Về phía đông của Funchal trên đảo Madeira có một vùng ngoại ô tên là Monte. Đúng như tên gọi, quận nhìn ra trung tâm thành phố. Vào năm 1850, người dân đã sáng tạo ra một phương pháp cải tiến giúp di chuyển nhanh hơn trong vài km giữa hai địa điểm: xe trượt băng. Chúng bao gồm những chiếc giỏ có ghế cố định trên ván trượt bằng gỗ, dễ dàng trượt xuống đồi. Dịch vụ xe trượt băng bắt đầu hoạt động vào cuối thế kỷ 19, khi các phi công mặc đồng phục sẽ hướng dẫn xe trượt từ phía sau, sử dụng đế cao su trên giày làm phanh. Ngày nay, chuyến đi này chỉ đơn thuần là một điểm thu hút khách du lịch vì tuyến cáp treo được xây dựng vào đầu thiên niên kỷ, nối liền hai quận.*  
**Lời giải chi tiết:**  
  
Which form(s) of transport  
*((Những) hình thức vận tải nào)*  
A employ(s) workers who move between vehicles selling tickets? **=> Text 2**  
*(Tuyển dụng công nhân di chuyển giữa các phương tiện bán vé? => Đoạn văn 2)*  
B hold(s) a world record? **=> Text 1 and 3**  
*(giữ kỷ lục thế giới? => Đoạn văn 1 và 3)*  
C is / are no longer used by commuters? **=> Text 4**  
*(không còn được người đi lại sử dụng nữa? => Đoạn văn 4)*  
D date(s) back to the start of the 20th century? **=> Text 3**  
*(bắt đầu từ đầu thế kỷ 20? => Đoạn văn 3)*  
E carry / carries passengers downhill? **=> Text 1 and 4**  
*(hở hành khách xuống dốc? => Đoạn văn 1 và 4)*  
F is / are not finished yet? **=> Text 1**  
*(vẫn chưa xong => Đoạn văn 1)*  
**Grammar and vocabulary**  
**4. Choose the correct answers.**  
*(Chọn những đáp án đúng.)*  
**TRAVELLING THE WORLD - THE HARD WAY**  
A Liverpool man has become the first person **1\_\_\_\_\_\_\_** all 201 countries in the world without **2\_\_\_\_\_\_\_** a plane. Thirty-three-year-old Graham Hughes started his epic journey in Uruguay, South America. On his budget of $100 a week, he could not **3\_\_\_\_\_\_\_** to buy many luxuries, and he often had to depend on the kindness of strangers. Not everything went smoothly on the trip. He was arrested when he was trying **4\_\_\_\_\_\_\_** Russia, and he was accused of being a spy in the Democratic Republic of the Congo. Also, the boat **5\_\_\_\_\_\_\_** him to Cape Verde was in very bad condition, so Hughes had a very worrying four days. If the boat had sunk, he **6\_\_\_\_\_\_\_**. Despite all of the setbacks, Hughes managed **7\_\_\_\_\_\_\_** the last country on his list after 1,426 days and 160,000 km. Journalists were waiting to greet him in Juba, the capital of South Sudan, a country which did not exist when he set out. When they asked Hughes why he had made the journey, he said it was because he loved travelling and there were a lot of wonderful landscapes **8\_\_\_\_\_\_\_** when travelling. Hughes went on **9\_\_\_\_\_\_\_** everyone he had met for helping him on his way. Now he plans to spend some more time **10\_\_\_\_\_\_\_** around Africa before he eventually flies home.  
1  
a visit  
b visiting  
c to visit  
2  
a board  
b boarding  
c to board  
3  
a afford  
c to afford  
b affording  
4  
a enter  
b to enter  
c entering  
5  
a taking  
b take  
c to take  
6  
a would die  
b had died  
c would have died  
7  
a to reach  
b reaching  
c reach  
8  
a enjoy  
b to enjoy  
c enjoying  
9  
a thank  
b thanking  
c to thank  
10  
a travel  
b travelling  
c to travel  
**Lời giải chi tiết:**  
  
**1. c**  
Theo sau từ chỉ số thứ tự “the first” *(đầu tiên)* cần một động từ ở dạng TO V.  
A Liverpool man has become the first person **to visit** all 201 countries in the world.  
*(Một người đàn ông Liverpool đã trở thành người đầu tiên đến thăm tất cả 201 quốc gia trên thế giới.)*  
**=> Chọn c**  
**2. b**  
a board  
b boarding  
c to board  
Sau giới từ “”without” *(mà không có)* cần một động từ ở dạng V-ing.  
A Liverpool man has become the first person to visit all 201 countries in the world without **boarding** a plane.  
*(Một người đàn ông ở Liverpool đã trở thành người đầu tiên đến thăm tất cả 201 quốc gia trên thế giới mà không cần lên máy bay.)*  
**=> Chọn b**  
**3. a**  
a afford  
c to afford  
b affording  
Sau động từ khiếm khuyết “could not” *(không thể)* cần một động từ ở dạng nguyên thể.  
On his budget of $100 a week, he could not **afford** to buy many luxuries,  
*(Với ngân sách 100 đô la một tuần, anh ấy không đủ khả năng để mua nhiều thứ xa xỉ,)*  
**=> Chọn a**  
**4. b**  
try + to V: cố gắng  
try + V-ing: thử  
He was arrested when he was trying **to enter** Russia,  
*(Anh ta bị bắt khi đang cố gắng vào Nga,)*  
**=> Chọn b**  
**5. a**  
- Lược giản mệnh đề quan hệ mang nghĩa chủ động thì động từ có dạng V-ing.  
Also, the boat **taking** him to Cape Verde was in very bad condition,  
*(Ngoài ra, chiếc thuyền đưa anh ấy tới Cape Verde đang trong tình trạng rất tồi tệ,)*  
**=> Chọn a**  
**6. c**  
a would die  
b had died  
c would have died  
Cấu trúc câu điều kiện loại 3: If + S + had V3/ed, S + would have V3/ed.  
If the boat had sunk, he **would have died**.  
*(Nếu thuyền bị chìm thì anh ấy sẽ chết.)*  
**=> Chọn c**  
**7. a**  
Theo sau động từ “manage” *(xoay xở)* cần một động từ ở dạng TO V.  
Despite all of the setbacks, Hughes managed **to reach** the last country on his list after 1,426 days and 160,000 km.  
*(Bất chấp mọi trở ngại, Hughes vẫn đến được quốc gia cuối cùng trong danh sách của mình sau 1.426 ngày và 160.000 km.)*  
**=> Chọn a**  
**8. b**  
Động từ ở dạng TO V có thể dùng để chỉ mục đích.  
he said it was because he loved travelling and there were a lot of wonderful landscapes **to enjoy** when travelling.  
*(anh ấy nói đó là vì anh ấy thích đi du lịch và có rất nhiều cảnh đẹp tuyệt vời để tận hưởng khi đi du lịch.)*  
**=> Chọn b**  
**9. c**  
a thank  
b thanking  
c to thank  
Sau “went on” *(tiếp tục)* cần một động từ ở dạng TO V.  
Hughes went on **to thank** everyone he had met for helping him on his way.  
*(Hughes tiếp tục cảm ơn tất cả những người anh đã gặp vì đã giúp đỡ anh trên con đường của mình.)*  
**=> Chọn c**  
**10. b**  
Sau động từ “spend” *(dành ra)* cần một động từ ở dạng V-ing.  
Now he plans to spend some more time **travelling** around Africa before he eventually flies home.  
*(Bây giờ anh ấy dự định dành thêm thời gian để đi du lịch vòng quanh Châu Phi trước khi bay về nhà.)*  
**=> Chọn b**  
**Bài hoàn chỉnh**  
TRAVELLING THE WORLD - THE HARD WAY  
A Liverpool man has become the first person **to visit** all 201 countries in the world without **boarding** a plane. Thirty-three-year-old Graham Hughes started his epic journey in Uruguay, South America. On his budget of $100 a week, he could not **afford** to buy many luxuries, and he often had to depend on the kindness of strangers. Not everything went smoothly on the trip. He was arrested when he was trying **to enter** Russia, and he was accused of being a spy in the Democratic Republic of the Congo. Also, the boat **taking** him to Cape Verde was in very bad condition, so Hughes had a very worrying four days. If the boat had sunk, he **would have died.** Despite all of the setbacks, Hughes managed **to reach** the last country on his list after 1,426 days and 160,000 km. Journalists were waiting to greet him in Juba, the capital of South Sudan, a country which did not exist when he set out. When they asked Hughes why he had made the journey, he said it was because he loved travelling and there were a lot of wonderful landscapes **to enjoy** when travelling. Hughes went on **to thank** everyone he had met for helping him on his way. Now he plans to spend some more time **travelling** around Africa before he eventually flies home.  
**Tạm dịch**  
*DU LỊCH THẾ GIỚI – MỘT CÁCH KHÓ KHĂN*  
*Một người đàn ông ở Liverpool đã trở thành người đầu tiên đến thăm tất cả 201 quốc gia trên thế giới mà không cần lên máy bay. Graham Hughes 33 tuổi bắt đầu cuộc hành trình hoành tráng của mình ở Uruguay, Nam Mỹ. Với ngân sách 100 USD một tuần, anh không đủ khả năng mua nhiều thứ xa xỉ và thường phải phụ thuộc vào lòng tốt của người lạ. Không phải mọi thứ đều suôn sẻ trong chuyến đi. Anh ta bị bắt khi đang cố gắng nhập cảnh vào Nga và bị buộc tội làm gián điệp cho Cộng hòa Dân chủ Congo. Ngoài ra, chiếc thuyền đưa anh đến Cape Verde đang trong tình trạng rất tồi tệ nên Hughes đã có 4 ngày vô cùng đáng lo ngại. Nếu thuyền bị chìm thì anh ấy sẽ chết. Bất chấp mọi trở ngại, Hughes vẫn đến được quốc gia cuối cùng trong danh sách của mình sau 1.426 ngày và 160.000 km. Các nhà báo đã chờ đợi để chào đón anh ở Juba, thủ đô của Nam Sudan, một đất nước chưa tồn tại khi anh lên đường. Khi họ hỏi Hughes tại sao anh lại thực hiện chuyến hành trình này, anh nói rằng đó là vì anh thích đi du lịch và có rất nhiều cảnh quan tuyệt vời để tận hưởng khi đi du lịch. Hughes tiếp tục cảm ơn tất cả những người anh đã gặp vì đã giúp đỡ anh trên con đường của mình. Bây giờ anh ấy dự định dành thêm thời gian để đi du lịch vòng quanh Châu Phi trước khi bay về nhà.*  
**Writing**  
**5. Imagine that you have recently returned from a holiday where you used one of the forms of transport mentioned in the Reading texts. Write an email to a friend in which you:**  
• describe the country that you visited.  
• relate your experience travelling on the vehicle.  
• mention something that went wrong during the holiday.  
• invite your friend to go on holiday with you next year.  
*(Hãy tưởng tượng rằng bạn vừa trở về sau kỳ nghỉ mà bạn đã sử dụng một trong những phương tiện giao thông được đề cập trong bài Đọc. Viết một email cho một người bạn trong đó bạn:*  
*• mô tả đất nước mà bạn đã đến thăm.*  
*• kể lại trải nghiệm của bạn khi di chuyển trên phương tiện đó.*  
*• đề cập đến điều gì đó không ổn trong kỳ nghỉ.*  
*• mời bạn của bạn đi nghỉ cùng bạn vào năm tới.)*  
**Lời giải chi tiết:**  
**Bài tham khảo**  
Hey Jennifer,  
I hope this email finds you well! I just got back from an incredible holiday, and I couldn't wait to share the details with you. Brace yourself for some travel tales!  
So, I visited Bolivia, and let me tell you, it was nothing short of amazing. The diverse landscapes, vibrant culture, and warm-hearted people made it an unforgettable experience. The highlight of my trip was exploring the twin cities of El Alto and La Paz, and guess what made my daily commute a breeze? An urban cable car! It was the coolest thing ever—soaring high above the houses with breathtaking views of the Andes Mountains. The cable car system, with its red, yellow, and green lines matching the colors of the Bolivian flag, made it the longest urban cable car in the world. I felt like I was floating over the city!  
However, not everything went smoothly. There was a bit of a hiccup during my visit to La Paz. I miscalculated the local traffic, and I ended up missing a must-see cultural event. It was a bummer, but hey, that's part of the adventure, right?  
Despite the minor setback, my trip was fantastic, and it got me thinking—how about planning our holiday together next year? There are so many incredible places to explore, and I'd love to have you by my side for the next adventure. Just imagine the stories we'll have to tell!  
Let me know your thoughts, and we can start dreaming up our next destination. Can't wait to catch up soon!  
Cheers,  
Jannet  
**Tạm dịch**  
*Này Jennifer,*  
*Tôi hy vọng email này sẽ đến được với bạn! Tôi vừa trở về sau một kỳ nghỉ tuyệt vời và tôi rất nóng lòng được chia sẻ thông tin chi tiết với bạn. Chuẩn bị tinh thần cho một số câu chuyện du lịch!*  
*Chà, tôi đã đến thăm Bolivia và để tôi nói cho bạn biết, nó thực sự rất đáng kinh ngạc. Phong cảnh đa dạng, văn hóa sôi động và con người có trái tim ấm áp đã khiến nơi đây trở thành một trải nghiệm khó quên. Điểm nổi bật trong chuyến đi của tôi là khám phá hai thành phố song sinh El Alto và La Paz, và đoán xem điều gì đã khiến việc đi lại hàng ngày của tôi trở nên dễ dàng? Một cáp treo đô thị! Đó là điều tuyệt vời nhất từ trước đến nay - bay cao trên những ngôi nhà với khung cảnh ngoạn mục của Dãy núi Andes. Hệ thống cáp treo với các đường màu đỏ, vàng và xanh lá cây phù hợp với màu cờ Bolivia đã khiến nó trở thành cáp treo đô thị dài nhất thế giới. Tôi cảm thấy như mình đang lơ lửng trên thành phố!*  
*Tuy nhiên, không phải mọi thứ đều suôn sẻ. Có một chút trục trặc trong chuyến thăm La Paz của tôi. Tôi đã tính toán sai lưu lượng giao thông địa phương và cuối cùng tôi đã bỏ lỡ một sự kiện văn hóa không thể bỏ qua. Thật đáng tiếc, nhưng này, đó là một phần của cuộc phiêu lưu, phải không?*  
*Bất chấp trở ngại nhỏ, chuyến đi của tôi vẫn rất tuyệt vời và nó khiến tôi suy nghĩ— tại sao chúng ta không lên kế hoạch cho kỳ nghỉ cùng nhau vào năm tới? Có rất nhiều địa điểm đáng kinh ngạc để khám phá và tôi rất muốn có bạn ở bên cạnh trong chuyến phiêu lưu tiếp theo. Hãy tưởng tượng những câu chuyện chúng ta sẽ phải kể!*  
*Hãy cho tôi biết suy nghĩ của bạn và chúng ta có thể bắt đầu mơ về điểm đến tiếp theo. Nóng lòng muốn gặp bạn sớm!*  
*Thân mến,*  
*Jannet*  
**Xem thêm lời giải bài tập Tiếng Anh lớp 11 sách Friends Global hay khác:**  
Unit 4: Home  
Unit 5: Technology  
Unit 6: High flyers  
Unit 7: Artists  
Unit 8: Cities