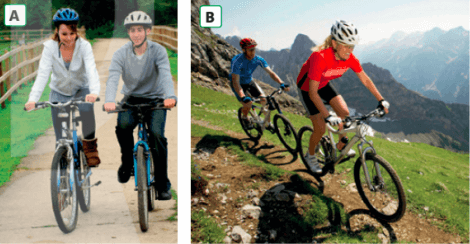
# Review Unit 3 (trang 47)

**Tiếng Anh 11 Review Unit 3 trang 47 - Friends Global**  
**Reading (trang 47 Tiếng Anh 11 Friends Global)**:  
**1 (trang 47 Tiếng Anh 11 Friends Global)**: Read extracts 1 and 2 below, which have missing sentences. Try to predict what each missing sentence is about. Then look at A-D and choose the sentences that are closest to your prediction. (Đọc đoạn trích 1 và 2 dưới đây, trong đó có những câu còn thiếu. Cố gắng đoán xem mỗi câu còn thiếu nói về điều gì. Sau đó nhìn vào A-D và chọn những câu gần với dự đoán của bạn nhất.)  
1. Be careful when you choose a leisure activity because some activities take up a lot of time or effort.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Find out what an activity needs before you begin, and you won't have wasted your time.  
2. If you think you have hurt yourself while exercising, stop immediately.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. As a result, they end up with worse injuries, so it takes them much longer to get better.  
A. This is important if a doctor has told you to rest.  
B. This means that you may become discouraged and give up because it is too demanding.  
C. Too many people try to continue, despite the pain.  
D. Then they find that it doesn’t interest them as much as they thought it would.  
**Đáp án:**  
1. B 2. C  
**Hướng dẫn dịch:**  
1. Hãy cẩn thận khi bạn chọn một hoạt động giải trí vì một số hoạt động chiếm nhiều thời gian hoặc công sức.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Tìm hiểu xem một hoạt động cần những gì trước khi bạn bắt đầu và bạn sẽ không lãng phí thời gian của mình.  
2. Nếu bạn nghĩ rằng bạn đã bị thương khi tập thể dục, hãy dừng lại ngay lập tức.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Kết quả là họ bị thương nặng hơn, vì vậy họ phải mất nhiều thời gian hơn để hồi phục.  
A. Điều này rất quan trọng nếu bác sĩ yêu cầu bạn nghỉ ngơi.  
B. Điều này có nghĩa là bạn có thể nản lòng và bỏ cuộc vì nó quá khắt khe.  
C. Quá nhiều người cố tiếp tục, bất chấp nỗi đau.  
D. Sau đó, họ thấy rằng nó không khiến họ quan tâm nhiều như họ nghĩ.  
**2 (trang 47 Tiếng Anh 11 Friends Global)**: Read the text. Five sentences have been removed. Choose the correct sentences (A-G) to fill the gaps (1-5). There are two extra sentences. (Đọc văn bản. Năm câu đã bị loại bỏ. Chọn câu đúng (A-G) để điền vào chỗ trống (1-5). Có hai câu thừa.)  
Hobbies and leisure activities are an ideal way to destress, meet people and develop your creativity. But if you don't have a lot of spare time, it can be a challenge to find one that suits your tastes and fits into your busy life. Of course, some readers ask why they should take up a hobby at all. (1) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ They don’t realise that being more active and doing something really enjoyable can improve their energy levels and their mood.  
One strategy for finding the right leisure activity is to think about what you enjoyed when you were a young child. (2) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Now here's your chance to try again. Perhaps you wish you could spend time exploring on your bicycle again, or wonder why you stopped drawing cartoons. Think about going back to similar activities.  
Another approach is to think about the hobbies your friends have taken up. (3) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Training together will give both of you a boost in motivation. Or if you see a friend's paintings and you fancy doing some painting as well, give it a try. Something to keep in mind is that an activity may not interest you after you've tried it. (4) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ So don’t beg your parents to pay for a lot of equipment or a whole year’s lessons right away.  
Begin slowly, borrow what you need, and see if the activity is really right for you. If you still enjoy an activity after a few weeks of starting it, it might be the right hobby for you. (5) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ And if you complete it, perhaps you can ask for some equipment for your next birthday present.  
A. Most people try activities they think they will be good at.  
B. Actually, lots of people give hobbies up within a couple of months of starting them.  
C. If you are interested when a classmate talks about her martial arts class, ask if you can join her.  
D. Only then is the time to pay for the full course.  
E. Parents may also have good ideas for activities too.  
F. After an exhausting day at school, all they want to do is sit in front of the TV or go online.  
G. Do you regret giving up those music lessons when you were ten?  
**Đáp án:**  
  
  
  
  
1. F  
  
  
2. G  
  
  
3. C  
  
  
4. B  
  
  
5. D  
  
  
  
  
**Hướng dẫn dịch:**  
Sở thích và các hoạt động giải trí là một cách lý tưởng để giải tỏa căng thẳng, gặp gỡ mọi người và phát triển khả năng sáng tạo của bạn. Nhưng nếu bạn không có nhiều thời gian rảnh rỗi, thì việc tìm một thứ phù hợp với sở thích và phù hợp với cuộc sống bận rộn của bạn có thể là một thách thức. Tất nhiên, một số độc giả hỏi tại sao họ nên theo đuổi một sở thích nào đó. Sau một ngày học mệt mỏi ở trường, tất cả những gì họ muốn làm là ngồi trước TV hoặc lên mạng. Họ không nhận ra rằng năng động hơn và làm điều gì đó thực sự thú vị có thể cải thiện mức năng lượng và tâm trạng của họ.  
Một chiến lược để tìm ra hoạt động giải trí phù hợp là nghĩ về những gì bạn thích khi còn nhỏ. Bạn có hối hận vì đã từ bỏ những bài học âm nhạc khi bạn mười tuổi không? Bây giờ đây là cơ hội để bạn thử lại. Có lẽ bạn ước mình có thể dành thời gian khám phá lại trên chiếc xe đạp của mình hoặc tự hỏi tại sao mình lại ngừng vẽ hoạt hình. Hãy suy nghĩ về việc quay lại các hoạt động tương tự.  
Một cách tiếp cận khác là nghĩ về những sở thích mà bạn bè của bạn đã theo đuổi. Nếu bạn quan tâm khi một người bạn cùng lớp nói về lớp võ thuật của cô ấy, hãy hỏi xem bạn có thể tham gia cùng cô ấy không. Tập luyện cùng nhau sẽ giúp cả hai bạn có thêm động lực. Hoặc nếu bạn nhìn thấy những bức tranh của một người bạn và bạn cũng thích vẽ tranh, hãy thử xem. Một điều cần lưu ý là một hoạt động có thể không khiến bạn hứng thú sau khi bạn đã thử nó. Trên thực tế, rất nhiều người từ bỏ sở thích trong vòng vài tháng kể từ khi bắt đầu. Vì vậy, đừng cầu xin cha mẹ của bạn chi tiền cho rất nhiều thiết bị hoặc toàn bộ bài học cả năm ngay lập tức.  
Hãy bắt đầu từ từ, mượn những thứ bạn cần và xem hoạt động đó có thực sự phù hợp với bạn không. Nếu bạn vẫn thích một hoạt động nào đó sau vài tuần bắt đầu, thì đó có thể là sở thích phù hợp với bạn. Chỉ sau đó mới là thời gian để trả tiền cho toàn bộ khóa học. Và nếu bạn hoàn thành nó, có lẽ bạn có thể yêu cầu một số thiết bị làm quà sinh nhật lần tới của mình.  
A. Hầu hết mọi người đều thử các hoạt động mà họ nghĩ rằng họ sẽ giỏi.  
B. Trên thực tế, nhiều người từ bỏ sở thích trong vòng vài tháng kể từ khi bắt đầu.  
C. Nếu bạn quan tâm khi một người bạn cùng lớp nói về lớp võ thuật của cô ấy, hãy hỏi xem bạn có thể tham gia cùng cô ấy không.  
D. Chỉ sau đó mới là thời gian để trả tiền cho toàn bộ khóa học.  
E. Phụ huynh cũng có thể có những ý tưởng hay cho các hoạt động.  
F. Sau một ngày học mệt mỏi ở trường, tất cả những gì họ muốn làm là ngồi trước TV hoặc lên mạng.  
G. Bạn có hối hận vì đã từ bỏ những bài học âm nhạc khi bạn mười tuổi không?  
  
**Listening (trang 47 Tiếng Anh 11 Friends Global)**:  
**3 (trang 47 Tiếng Anh 11 Friends Global)**: You will hear four people talking about body-related subjects. You will hear the audio twice. Match sentences A-E with speakers 1-4. There is one extra sentence. (Bạn sẽ nghe bốn người nói về các chủ đề liên quan đến cơ thể. Bạn sẽ nghe đoạn băng hai lần. Ghép câu A-E với người nói từ 1-4. Có một câu thừa.)  
A. This speaker talks about the result of a past situation. (Diễn giả này nói về kết quả của 1 tình huống trong quá khứ.)  
B. This speaker wants to advertise a solution to a problem. (Diễn giả này muốn quảng cáo 1 giải pháp cho 1 vấn đề)  
C. This speaker asks for advice about a problem. (Diễn giả này yêu cầu lời khuyên về vấn đề)  
D. This speaker gives instructions to a group. (Diễn giả này đưa rachỉ dẫn cho 1 nhóm )  
E. This speaker predicts the future results of a problem. (Diễn giả này dự đoán hậu quả tương lai của 1 vấn đề)  
Audio 1.40  
**Đáp án:**  
  
  
  
  
1. D  
  
  
2. B  
  
  
3. A  
  
  
4. E  
  
  
  
  
**Nội dung bài nghe:**  
Speaker 1: All right, everyone, lift your arms up above your head and try to touch the ceiling. Excellent! If you reach high enough, you’ll feel the muscles of your back. OK, great ... now keep your arms where they are and move sideways from the waist. Can you feel the muscles in your left side? Right. Now hold … hold … hold … and slowly straighten up. Wonderful! Wait for a moment, then go to the other side …  
Speaker 2: Have you been trying to lose weight forever? Have you done diet after diet, and not got the results you want? Well, Nutrachum has the answer! The Nutrachum Diet Plan lets you eat what you want, when you want, all meals included. And we back it up with our money-back guarantee! Just call the number on your TV screen to get it for the amazing price of …  
Speaker 3: Everyone says that you are only as old as you feel inside, but I wish my body knew that! When you’re younger you don’t think about the things you’ve done to yourself. I injured my back in a skiing accident in my 30s, and I just decided to ignore it because it didn’t hurt that badly. Well, now in my 70s, I’m really paying for it. I have to do special exercises every day, and I have to think twice before I bend over. It’s a pain – literally.  
Speaker 4: Yes, it’s true that being overweight or obese has become more and more of an issue – but it’s not just the weight itself that’s the problem. If you think about it, you’ll realise that carrying a lot of extra weight around is going to affect the rest of your body. Back pain, knee and ankle problems … the list goes on. I’m afraid that if we continue like this, in 25 years we will have created one of the unhealthiest societies in history.  
**Hướng dẫn dịch:**  
Diễn giả 1: Được rồi, mọi người, hãy giơ tay lên trên đầu và cố gắng chạm vào trần nhà. Xuất sắc! Nếu vươn đủ cao, bạn sẽ cảm nhận được các cơ ở lưng. OK, tốt lắm ... bây giờ hãy giữ nguyên cánh tay và nghiêng sang một bên từ thắt lưng. Bạn có thể cảm nhận được các cơ ở phía bên trái của bạn? Đúng rồi. Bây giờ giữ... giữ... giữ... và từ từ đứng thẳng lên. Tuyệt vời! Đợi một lúc, rồi nghiêng sang phía bên kia…  
Diễn giả 2: Bạn đang cố gắng giảm cân vĩnh viễn? Bạn đã thực hiện hết chế độ ăn kiêng này đến chế độ ăn kiêng khác nhưng không đạt được kết quả như mong muốn? Chà, Nutrachum có câu trả lời! Kế hoạch ăn kiêng Nutrachum cho phép bạn ăn những gì bạn muốn, khi bạn muốn, đầy đủ tất cả các bữa. Chúng tôi bảo hành nếu trả hàng hoàn lại tiền! Chỉ cần gọi số trên màn hình TV của bạn để có được nó với mức giá tuyệt vời …  
Diễn giả 3: Mọi người nói rằng bạn chỉ già đi về tâm hồn, nhưng tôi ước cơ thể mình biết điều đó! Khi bạn còn trẻ, bạn không nghĩ về những điều bạn đã đối xử với chính mình. Tôi bị thương ở lưng trong một tai nạn trượt tuyết ở độ tuổi 30, và tôi quyết định phớt lờ đi vì nó không đau lắm. Chà, bây giờ ở tuổi 70, tôi thực sự đang trả giá cho nó. Tôi phải thực hiện các bài tập đặc biệt mỗi ngày, và phải suy nghĩ kỹ trước khi cúi xuống. Nó đau đớn – theo đúng nghĩa đen.  
Diễn giả 4: Vâng, đúng là thừa cân hoặc béo phì ngày càng trở thành một vấn nạn – nhưng vấn đề không chỉ nằm ở bản thân cân nặng mà là nằm ở vấn nạn. Nếu bạn suy nghĩ về điều đó, bạn sẽ nhận ra rằng thừa tăng cân sẽ ảnh hưởng đến phần còn lại của cơ thể bạn. Đau lưng, các vấn đề về đầu gối và mắt cá chân… vân vân. Tôi e rằng nếu chúng ta tiếp tục như thế này, trong 25 năm nữa, chúng ta sẽ tạo ra một trong những xã hội không lành mạnh nhất trong lịch sử.  
  
**Speaking (trang 47 Tiếng Anh 11 Friends Global)**: Work in pairs. You and a friend want to go cycling this weekend, but where? You have two options A and B to choose from. Agree on the one which you consider more appropriate, and explain why you reject the other one. (Làm việc theo cặp. Bạn và một người bạn muốn đi xe đạp vào cuối tuần này, nhưng ở đâu? Bạn có hai phương án A và B để lựa chọn. Đồng tình với một lựa chọn mà bạn cho là phù hợp hơn và giải thích lý do tại sao bạn từ chối lựa chọn kia.)  
  
**Gợi ý:**  
Friend: Hey, I was thinking of going for a bike ride this weekend. Do you want to come along?  
You: Sure! That sounds like a great idea. Do you have any place in mind?  
Friend: Well, I was thinking of either going for a bike ride in the park or on the mountain. Which one do you prefer?  
You: I think going for a bike ride in the park would be better.  
Friend: Why do you say that?  
You: Well, for one thing, it's a lot easier and more relaxing. We won't have to worry about navigating tricky terrain or going up steep hills. Plus, we can enjoy the scenery and maybe even have a picnic or something.  
Friend: That's true. But I was kind of hoping for a bit more of a challenge. Going for a bike ride on the mountain would be a bit more adventurous.  
You: I see what you mean, but I think it might be a bit too difficult for us. We're not exactly experienced mountain bikers, and we don't want to end up getting hurt. Plus, it might not be as enjoyable if we're struggling the whole time.  
Friend: I guess you're right. Let's go for a bike ride in the park then. We can always try mountain biking another time when we're more prepared.  
You: Exactly! It's always better to be safe than sorry. I think we'll have a great time in the park.  
**Hướng dẫn dịch:**  
Bạn của bạn: Này, tôi đã nghĩ đến việc đi xe đạp vào cuối tuần này. Bạn có muốn đi cùng?  
Bạn: Có chứ! Có vẻ là một ý tưởng tuyệt vời đấy. Bạn nghĩ ra nơi nào chưa?  
Bạn của bạn: Chà, tôi đang nghĩ đến việc đi xe đạp trong công viên hoặc trên núi. Bạn thích cái nào hơn?  
Bạn: Tôi nghĩ đi xe đạp trong công viên sẽ tốt hơn.  
Bạn của bạn: Sao bạn lại nói thế?  
Bạn: Chà, trước hết, nó dễ dàng và thư thái hơn rất nhiều. Chúng tôi sẽ không phải lo lắng về việc điều hướng địa hình khó khăn hoặc đi lên những ngọn đồi dốc. Ngoài ra, chúng ta có thể thưởng thức phong cảnh và thậm chí có thể đi dã ngoại hay gì đó.  
Bạn của bạn: Đúng vậy. Nhưng tôi đã hy vọng có thêm một chút thử thách. Đi xe đạp trên núi sẽ mạo hiểm hơn một chút.  
Bạn: Tôi hiểu ý của bạn, nhưng tôi nghĩ nó có thể hơi quá sức đối với chúng ta. Chúng ta không phải là những người đi xe đạp địa hình có kinh nghiệm và chúng ta không muốn bị thương. Ngoài ra, sẽ không thú vị bằng nếu chúng ta cứ luôn phải vật lộn với nó.  
Bạn của bạn: Tôi nghĩ bạn nói đúng. Vậy thì chúng ta hãy đi xe đạp trong công viên. Chúng ta luôn có thể thử đi xe đạp leo núi vào lúc khác khi đã chuẩn bị kỹ càng hơn.  
Bạn: Chính xác! An toàn lúc nào cũng tốt hơn là hối tiếc. Tôi nghĩ chúng ta sẽ có một khoảng thời gian tuyệt vời trong công viên.  
  
**Writing (trang 47 Tiếng Anh 11 Friends Global)**: Read the task below and write an opinion essay (150-180 words). (Đọc đề bài dưới đây và viết một bài luận (150-180 từ.)  
Many people believe that teenagers spend too much time on social media. Write an essay in which you give your own opinion about this issue and propose solutions to it. (Nhiều người cho rằng thanh thiếu niên dành quá nhiều thời gian cho mạng xã hội. Viết một bài luận trong đó bạn đưa ra ý kiến của riêng bạn về vấn đề này và đề xuất giải pháp cho nó.)  
**Gợi ý:**  
In recent years, social media has become an integral part of our daily lives. While it can be a great tool for communication and staying connected with friends and family, there is a growing concern that teenagers spend too much time on social media. In my opinion, this is true to some extent.  
It's important to note that not all social media usage is harmful. In fact, it can be a great way for teenagers to express themselves, share their experiences, and connect with others who have similar interests. However, excessive usage can lead to negative consequences such as a decrease in productivity, sleep deprivation, and even mental health issues like anxiety and depression.  
One possible solution to this issue is to encourage teenagers to limit their social media usage. Parents can help by setting reasonable limits on screen time and promoting alternative activities like sports, hobbies, and spending time with friends in person. Schools can also play a role by educating students on the potential dangers of excessive social media usage and promoting healthy habits.  
In conclusion, while social media can have many benefits, it's important to be mindful of the negative consequences of excessive usage. By promoting healthy habits and alternative activities, we can help teenagers strike a balance between social media usage and other important aspects of their lives.  
**Hướng dẫn dịch:**  
Trong những năm gần đây, mạng xã hội đã trở thành một phần không thể thiếu trong cuộc sống hàng ngày của chúng ta. Trong khi nó có thể là một công cụ tuyệt vời để liên lạc và duy trì kết nối với bạn bè và gia đình, nhưng ngày càng có nhiều lo ngại rằng thanh thiếu niên dành quá nhiều thời gian cho mạng xã hội. Theo tôi, điều này đúng ở một mức độ nào đó.  
Điều quan trọng cần lưu ý là không phải tất cả việc sử dụng mạng xã hội đều có hại. Trên thực tế, đây có thể là một cách tuyệt vời để thanh thiếu niên thể hiện bản thân, chia sẻ kinh nghiệm và kết nối với những người khác có cùng sở thích. Tuy nhiên, việc sử dụng quá mức có thể dẫn đến những hậu quả tiêu cực như giảm năng suất, thiếu ngủ và thậm chí là các vấn đề về sức khỏe tâm thần như lo lắng và suy nhược.  
Một giải pháp khả thi cho vấn đề này là khuyến khích thanh thiếu niên hạn chế sử dụng mạng xã hội. Cha mẹ có thể giúp đỡ bằng cách đặt ra các giới hạn hợp lý về thời gian sử dụng thiết bị và khuyến khích các hoạt động thay thế như thể thao, sở thích và dành thời gian gặp mặt trực tiếp bạn bè. Trường học cũng có thể góp phần giáo dục học sinh về những nguy cơ tiềm ẩn của việc sử dụng mạng xã hội quá mức và thúc đẩy các thói quen lành mạnh.  
Tóm lại, trong khi phương tiện truyền thông xã hội có thể có nhiều lợi ích, điều quan trọng là phải lưu ý đến những hậu quả tiêu cực của việc sử dụng quá mức. Bằng cách thúc đẩy các thói quen lành mạnh và các hoạt động thay thế, chúng ta có thể giúp thanh thiếu niên đạt được sự cân bằng giữa việc sử dụng mạng xã hội và các khía cạnh quan trọng khác trong cuộc sống của họ.  
**Xem thêm lời giải bài tập Tiếng Anh lớp 11 sách Friends Global hay khác:**  
Unit 3A. Vocabulary (trang 36, 37)  
Unit 3B. Grammar (trang 38)  
Unit 3C. Listening (trang 39)  
Unit 3D. Grammar (trang 40)  
Unit 3E. Word Skills (trang 41)  
Unit 3F. Reading (trang 42, 43)  
Unit 3G. Speaking (trang 44)  
Unit 3H. Writing (trang 45)  
Unit 3I. Culture (trang 46)  
**Xem thêm lời giải bài tập Tiếng Anh lớp 11 sách Friends Global hay khác:**  
Unit I: Introduction  
Unit 1: Generations  
Unit 2: Leisure time  
Unit 4: Home