SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
SƠN LA
ĐỀ CHÍNH THỨC
(Đề thi có 04 trang

KỲ THI THỬ TỐT NGHIỆP THPT LẦN THỨ BA
NĂM HỌC 2025 - 2026
Thời gian làm bài: 50 phút

Họ và tên: …….. Số báo danh: ……**Mã đề: 1101**

Read the following piece of news and mark the letter A, B, C or D on your answer sheet to indicate the option that best fits each of the numbered blanks.

Son La promotes reading and digital innovation

On April 21, 2026, Son La opened the Book and Science-Technology Festival at Tay Bac Square. The event, (1) _____ to promote reading culture and scientific creativity, attracted visitors to book displays, STEM activities, Robotics/Robocon demonstrations and (2) _____ learning spaces. It also encouraged students to (3) _____ knowledge from books in practical technological activities.

In recent years, Son La has developed community libraries, "Knowledge Houses" and STEM classes, creating a learning ecosystem (4) _____ traditional values are connected with modern innovation. The Provincial Data Centre, officially opened at the festival, uses AI to analyse and standardise data, helping the province (5) _____ a solid foundation for data sharing. These initiatives are expected to improve access to knowledge, foster innovative thinking, and help the province (6) _____ digital transformation more effectively.

Question 1.	**A.** organising	**B.** to organise	**C.** was organised	**D.** organised
Question 2.	**A.** digitize	**B.** digitally	**C.** digitalized	**D.** digital
Question 3.	**A.** adapt	**B.** deliver	**C.** apply	**D.** contribute
Question 4.	**A.** where	**B.** who	**C.** which	**D.** whose
Question 5.	**A.** lay	**B.** do	**C.** make	**D.** give
Question 6.	**A.** figure out	**B.** put aside	**C.** turn on	**D.** carry out

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

How to Control Your Emotions Effectively?

Managing emotions is an essential life skill for teenagers. (7) _____, many students still react too quickly when they feel angry, worried, or disappointed. This may lead (8) _____ arguments, regretful words, and poor decisions. Here are some tips to help you keep your emotions under control:

• Pause for (9) _____ seconds before you reply to someone.
• Use (10) _____ to remind yourself that the problem can be solved.
• Take deep breaths and step away to avoid (11) _____ reactions.
• Talk to a trusted friend, parent, or teacher when your feelings become too strong.
• Practise these habits regularly to stay calm and get your emotions in (12) _____!

(Adapted from teen well-being advice)

Question 7.	**A.** For example	**B.** Besides	**C.** Therefore	**D.** However
Question 8.	**A.** to	**B.** with	**C.** for	**D.** at
Question 9.	**A.** a few	**B.** few	**C.** a little	**D.** little
Question 10.	**A.** positive phrases short		**B.** short phrases positive	**C.** phrases short positive **D.** short positive phrases
Question 11.	**A.** protective	**B.** impulsive	**C.** informative	**D.** creative
Question 12.	**A.** balance	**B.** order	**C.** peace	**D.** check

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

Brazil is a country overflowing with music. It plays a vital role in the lives of ordinary Brazilians and can be heard playing in every corner of the country. **Brazilian music represents a vibrant mix of different cultures, largely because of its complex history.** While indigenous music from the original inhabitants of the area is present in modern form, **it** is mixed with foreign influences, namely from Portuguese colonizers and their African slaves who landed on Brazilian shores in the 19th century.

As a vast country of many states, Brazil's music is regional, with each section contributing distinct musical genres. Portuguese song forms such as *fado* are prevalent in Brazilian music, and Portuguese influences can be found in the mournful and poetic lyrics, the exquisite melodies, and the use of accordions, guitars, and violins. While Portugal has contributed greatly to the culture and of course the language, Brazil also witnessed the arrival of settlers from Germany, Italy, and many other countries, including Lebanon and Japan.

The African influences include energetic drumming and dancing forms. These are largely expressed through communal traditions like circle dances, with people gathering to make music together. This potent music also drives the energy in martial art forms such as *capoeira*. As in Cuba and Haiti, Brazilian Africans were able to retain a great majority of their music, dance, and spiritual traditions. These traditions, combined with other elements, have resulted in some of the most vibrant and celebrated music in Brazil. This music was often accompanied by dance elements that were viewed as **indecent** back then because of the close contact between dancers.

Nevertheless, both music and dance became increasingly popular and were eventually **embraced** by the public. Centuries later, Brazil would again "shock" the world with dance forms such as *samba*.

Question 13. The word "**it**" in paragraph 1 refers to _____.
A. the musical overflow **B.** the Brazilian music **C.** the vibrant culture **D.** the ordinary life

Question 14. The word "**embraced**" in paragraph 4 is closest in meaning to _____.
A. adopted **B.** neglected **C.** rejected **D.** criticized

Question 15. The word "**indecent**" in paragraph 3 is opposite in meaning to _____.
A. improper **B.** vulgar **C.** offensive **D.** decorous

Question 16. What can be inferred from the passage regarding Brazilian music?
A. Japanese settlers significantly contributed to the melodies to Brazil.
B. Indigenous music remains unaffected by any modern foreign influences.
C. African traditions were the sole factor for the loss of African traditions.
D. Cultural synthesis is considered the core of Brazilian musical identity.

Question 17. Which of the following is closest in meaning to the sentence: "**Brazilian music represents a vibrant mix of different cultures, largely because of its complex history.**"?
A. Music in Brazil is uniform regardless of the specific location.
B. Regional boundaries have no impact on the variety of music.
C. Every Brazilian region shares the exact same types of music.
D. Diverse areas in Brazil produce their own unique musical styles.

Question 18. **A.** Paragraph 3 **B.** Paragraph 4 **C.** Paragraph 2 **D.** Paragraph 1

Question 19. **A.** Paragraph 4 **B.** Paragraph 3 **C.** Paragraph 2 **D.** Paragraph 1

Question 20. Which of the following statements is TRUE according to the text?
A. Fado is a traditional dance form originating from Japanese settlers.
B. Samba was immediately accepted by the global public centuries ago.
C. Only Portuguese and African cultures influenced the music of Brazil.
D. African slaves had left their mark on the formation of the local music.

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

Human attention is often described as if it were simply shrinking, but the issue is far more complex. In a digital environment saturated with alerts, messages, and fast-moving streams of information, people are repeatedly drawn away from their immediate tasks, (21) _____. Instead of entering a state of sustained concentration, the brain is forced to reconstruct the previous mental context each time. (22) _____ depends not only on personal discipline but also on how carefully the learning environment is structured.

This does not mean that deep concentration has become unattainable. (23) _____. When students read a dense text or work on a cognitively demanding assignment, even a brief glance at a notification can disrupt the flow of thought and make it harder to regain the same level of focus.

Experts therefore recommend establishing deliberate routines that reduce unnecessary interruptions rather than relying on willpower alone. (24) _____. Such strategies are most effective (25) _____.

Question 21.

A. in case each interruption appears minor and temporary
B. so that each interruption appears minor and temporary
C. because each interruption appears minor and temporary
D. even when each interruption appears minor and temporary

Question 22.
A. Whether learners can sustain attention over extended periods
B. Learners sustaining attention over extended periods
C. How learners sustain attention over extended periods
D. That learners sustain attention over extended periods

Question 23.
A. Rather, it suggests that attention must be intentionally protected from repeated disruption.
B. In contrast, students should train themselves to respond to digital input immediately.
C. For instance, frequent alerts make extended reading less necessary in academic contexts.
D. As a result, concentration is no longer a relevant skill in modern learning.

Question 24.
A. A sustainable routine may involve disabling non-essential alerts, allocating a realistic period for demanding work, and taking brief recovery breaks.
B. A sustainable routine may involve checking urgent messages first, keeping social media open, and returning to schoolwork whenever possible.
C. A sustainable routine may involve removing all devices permanently, studying for several hours without rest, and avoiding communication altogether.
D. A sustainable routine may involve switching rapidly between tasks, processing multiple sources at once, and increasing exposure to online input.

Question 25.
A. because they are applied occasionally whenever learners feel distracted
B. although they are ignored until students begin to lose concentration
C. when they are practised consistently rather than treated as emergency measures
D. unless they are used only after attention problems have already become serious

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

A little spontaneity can be a good thing, can't it? We all act on impulse from time to time, but did you know that impulsivity can be a common symptom of many different mental health conditions? Acting without thinking – for example, buying things **on a whim**, or blurting something out before you think it through – doesn't just happen in a moment of 'weakness' or carelessness; it can be a symptom all on its own. "Impulsivity is a surprisingly common symptom. It can often show up as a symptom within broader mental health conditions, such as bipolar disorder and borderline personality disorder, or even during intense anxiety or trauma responses," explains UK Council for Psychotherapy accredited therapist Tina Chummun. "It's not just about making rash decisions; it can be your nervous system responding rapidly without your brain's slower, logical processing getting a look-in." Other conditions that can be linked with more impulsive behaviours include **those** with substance use disorders, people who have experienced a brain injury, or neurodegenerative diseases like Alzheimer's disease, people with antisocial personality disorder (ASPD), or impulse control disorders like trichotillomania or kleptomania.

[I]. Those with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) may act more impulsively, make **hasty** decisions, or engage in what can be seen as risky behaviour. [II]. Those who are impulsive might face judgement from others, sometimes being described as 'unstable', 'unpredictable', 'rash', or 'hot-headed'. [III]. This impulsivity can lead to a sense of instability, which can cause people to feel like they aren't good enough. [IV]. In turn, this can result in struggling with unstable emotions, behaviours, or relationships. You might be less likely to consider the consequences of your behaviours, meaning you may develop unhealthy ways of coping with how you're feeling.

It's important to remember that impulsive behaviour alone isn't a diagnosis, and doesn't mean that you might be experiencing a mental health condition. But it's worth keeping in mind that **if repeated**

impulsive behaviour starts to interfere and have a negative impact on your life for an extended period of time, it could be a sign to seek help.

While the exact causes aren't fully understood, it's believed that a number of different factors can contribute to impulsivity, including those that are environmental, genetic, and psychological. As well as being a symptom of some mental illnesses, impulsivity can stem from traumatic experiences, particularly during childhood when we develop our self-regulation skills.

Question 26. Where in Paragraph 3 does the following sentence best fit?
"Impulsivity can also be a characteristic of those who are neurodivergent."

A. [I] **B.** [III] **C.** [IV] **D.** [II]

Question 27. The word "**those**" in paragraph 2 refers to:

A. people **B.** behaviors **C.** conditions **D.** habits

Question 28. The word "**on a whim**" in paragraph 1 is closest in meaning to:

A. cautiously **B.** reluctantly **C.** promptly **D.** deliberately

Question 29. Which of the following statements is true according to the passage?

A. Impulsive behaviors are consistently interpreted as indicators of mental health issues.
B. One's impulsive tendencies are supposed to be attributed to their heredity and living habits.
C. Adolescent trauma has a trivial impact on the development of self-regulation regarding spontaneity.
D. Individuals with neurodegenerative diseases occasionally exhibit signs of highly impulsive actions.

Question 30. Which sentence best summarizes the main idea of paragraph 2?

A. Substance use disorders are primarily characterized by rapid and unplanned nervous responses.
B. Different personality disorders often share unique symptoms related to rash decision making.
C. Impulsivity manifests across diverse clinical conditions and neurological health disorders.
D. Therapists explain how impulsivity bypasses the brain's logical and analytical processing.

Question 31. Which of the following is synonymous with the underlined statement in paragraph 4: "**if repeated impulsive behaviour starts to interfere and have a negative impact on your life for an extended period of time, it could be a sign to seek help.**"?

A. Provided that you experience momentary lapses in judgment that have no lasting effect on your daily routine, you should immediately pursue a clinical evaluation to prevent future escalation.
B. Should your life be consistently disrupted by spontaneous decisions, it is imperative to avoid professional intervention and instead focus on self-regulation over a prolonged duration.
C. If chronic patterns of impulsivity begin to compromise your well-being or functionality, it may serve as a critical indicator that consulting a specialist is necessary.
D. Seeking help is unadvisably recommended if your impulsive actions occur infrequently, as long-term behavioral issues typically resolve without external clinical support.

Question 32. What can be inferred about impulsive behaviour from the text?

A. Impulsivity is recognized as a formal diagnosis by most modern mental healthcare.
B. Frequent impulsivity may necessitate professional intervention when it disrupts one's daily life.
C. Social judgements often help individuals recognize and correct their own impulsive behaviors.
D. Most people can effortlessly manage impulsive urges without any external psychological support.

Question 33. According to the passage, which of the following is NOT mentioned as a condition linked with impulsivity?

A. Alzheimer's disease
B. Post-traumatic stress disorder (PTSD)
C. Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)
D. Trichotillomania

Question 34. The word "**hasty**" in paragraph 2 is opposite in meaning to:

A. frantic **B.** reckless **C.** abrupt **D.** cautious

Question 35. Which of the following best summarizes the entire content of the provided reading passage?

A. Genetic factors play a much larger role than environmental influences in determining chronic impulsivity.
B. Impulsivity is a multifaceted symptom linked to various conditions involving a myriad of hidden factors.

C. Financial impulsivity and social blurting are the most common indicators of underlying psychological trauma.

D. People with ADHD and bipolar disorder frequently struggle with the social consequences of impulsivity.

Mark the letter A, B, C, or D on your answer sheet to indicate the best arrangement of utterances or sentences to make a cohesive and coherent exchange or text in each of the following questions.

Question 36.

a. First, club members collected information from Son La Museum and a nearby Thai village.
b. Last month, our English Club started a project called "Son La in English".
c. These products helped younger students learn new words about their hometown.
d. Then, they used the information to design posters and record short introductions in English.
e. Finally, the products were displayed in the school hall during Culture Week.

A. a – b – d – c – e **B.** b – a – e – d – c **C.** b – d – a – e – c **D.** b – a – d – e – c

Question 37. Dear Mr Brown,

a. The programme will include student-led exhibitions, folk dance performances, and short English-guided tours of the cultural displays.
b. We would be grateful if you could confirm your attendance by replying to this email no later than Friday.
c. We are delighted to invite you to our school's Culture Day, which will be held on May 20.
d. Your presence would greatly encourage our students as they share what they have learned about local traditions.
e. The event is scheduled to take place from 8 a.m. to 11 a.m. in the main hall.

Yours sincerely,
Son La Secondary School

A. e – c – a – b – d **B.** c – e – b – a – d **C.** c – a – e – d – b **D.** c – e – a – b – d

Question 38.

a. Such competence allows learners not only to access relevant materials but also to organise ideas, present findings clearly, and collaborate more productively.
b. Consequently, digital competence should be regarded as an integral part of learning in contemporary schools.
c. In today's classrooms, digital literacy means much more than the ability to operate a device or use a familiar application.
d. Equally important is the ability to judge the credibility of online information and behave responsibly in digital environments.
e. Students are therefore expected to produce documents, design presentations, communicate through email, and participate in online learning platforms.

A. c – e – a – d – b **B.** c – a – d – e – b **C.** c – e – d – a – b **D.** c – d – e – a – b

Question 39.

a. Lan: What part did your group prepare?
b. Minh: We wrote a simple English introduction to Xòe Thái dance.
c. Lan: I heard your club has finished the "Son La in English" project.
d. Lan: That sounds useful. It can help visitors understand local culture better.
e. Minh: Yes, we displayed our posters and short guides in the school hall yesterday.

A. a – b – c – e – d **B.** c – e – a – b – d **C.** c – a – b – d – e **D.** e – c – a – d – b

Question 40.

a. Mai: At the school hall. It starts at 8 a.m. this Friday.
b. Ben: Great! I'll come and see your English posters.
c. Ben: Where and when will your club's exhibition take place?

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

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

ĐÁP ÁN THAM KHẢO

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

LỜI GIẢI THAM KHẢO

Câu 1. Chọn D. organised

Cụm "The event, _____ to promote reading culture..." cần một quá khứ phân từ để rút gọn mệnh đề quan hệ bị động.

Đầy đủ là: "The event, which was organised to promote reading culture..."
Rút gọn thành: "The event, organised to promote reading culture..."

Vì vậy chọn **D. organised**.

Câu 2. Chọn D. digital

Sau chỗ trống là danh từ "learning spaces", nên cần một tính từ bổ nghĩa cho danh từ.

"digital learning spaces" nghĩa là "không gian học tập số".

Các phương án khác không phù hợp:

- digitize: động từ.
- digitally: trạng từ.
- digitalized: đã được số hóa, không tự nhiên bằng "digital".

Chọn **D. digital**.

Câu 3. Chọn C. apply

Cụm đúng là **apply knowledge**: áp dụng kiến thức.

Câu có nghĩa: Sự kiện cũng khuyến khích học sinh áp dụng kiến thức từ sách vào các hoạt động công nghệ thực tế.

Chọn **C. apply**.

Câu 4. Chọn A. where

Câu: “creating a learning ecosystem _____ traditional values are connected with modern innovation.”

“ecosystem” ở đây được hiểu như một môi trường/nơi mà các giá trị truyền thống được kết nối với đổi mới hiện đại.

Ta dùng **where** để chỉ nơi/môi trường.

Chọn **A. where**.

Câu 5. Chọn A. lay

Cụm đúng là **lay a foundation**: đặt nền móng, tạo nền tảng.

Câu có nghĩa: Trung tâm dữ liệu giúp tỉnh đặt nền móng vững chắc cho việc chia sẻ dữ liệu.

Chọn **A. lay**.

Câu 6. Chọn D. carry out

Cụm **carry out digital transformation** nghĩa là thực hiện chuyển đổi số.

Các phương án khác:

- figure out: tìm ra, hiểu ra.
- put aside: gác sang một bên.
- turn on: bật lên.

Chọn **D. carry out**.

Câu 7. Chọn D. However

Phía trước nói quản lí cảm xúc là kĩ năng thiết yếu. Phía sau lại nói nhiều học sinh vẫn phản ứng quá nhanh khi tức giận, lo lắng hoặc thất vọng.

Hai ý đối lập nhau, nên dùng **However**: tuy nhiên.

Chọn **D. However**.

Câu 8. Chọn A. to

Cấu trúc đúng là **lead to + noun**: dẫn đến điều gì.

“This may lead to arguments...” nghĩa là: Điều này có thể dẫn đến tranh cãi.

Chọn **A. to**.

Câu 9. Chọn A. a few

“seconds” là danh từ đếm được số nhiều. Ta dùng **a few seconds** nghĩa là vài giây.

- few seconds: rất ít giây, mang nghĩa phủ định hơn.
- a little/little dùng với danh từ không đếm được.

Chọn **A. a few**.

Câu 10. Chọn D. short positive phrases

Trật tự tính từ trong cụm danh từ phải là: tính từ + tính từ + danh từ.

Cụm đúng: **short positive phrases**: những cụm từ tích cực ngắn.

Các phương án khác sai trật tự từ.

Chọn **D. short positive phrases**.

Câu 11. Chọn B. impulsive

Câu: "Take deep breaths and step away to avoid _____ reactions."

Hít thở sâu và bước ra xa là để tránh phản ứng bốc đồng, thiếu suy nghĩ.

impulsive reactions: phản ứng bốc đồng.

Chọn **B. impulsive**.

Câu 12. Chọn D. check

Cụm cố định: **get/keep something in check** nghĩa là kiểm soát điều gì.

"get your emotions in check" nghĩa là kiểm soát cảm xúc của bạn.

Chọn **D. check**.

Câu 13. Chọn B. the Brazilian music

Từ "it" nằm trong đoạn đang nói về âm nhạc Brazil. Câu trước nêu: "Brazilian music represents a vibrant mix of different cultures..." Sau đó tiếp tục giải thích âm nhạc này có yếu tố bản địa và các ảnh hưởng nước ngoài.

Vì vậy, trong các phương án, "it" phù hợp nhất với **the Brazilian music**.

Chọn **B. the Brazilian music**.

Câu 14. Chọn A. adopted

"embraced" nghĩa là được đón nhận, chấp nhận.

Trong đoạn: "both music and dance became increasingly popular and were eventually embraced by the public."
Nghĩa là: cả âm nhạc và khiêu vũ ngày càng phổ biến và cuối cùng được công chúng đón nhận.

Gần nghĩa nhất là **adopted**.

Chọn **A. adopted**.

Câu 15. Chọn D. decorous

"indecent" nghĩa là không đứng đắn, không phù hợp, thiếu lịch sự.

Từ trái nghĩa là **decorous**: đúng mực, lịch sự, trang nhã.

Chọn **D. decorous**.

Câu 16. Chọn D. Cultural synthesis is considered the core of Brazilian musical identity.

Bài đọc nhấn mạnh âm nhạc Brazil là sự pha trộn của nhiều nền văn hóa: bản địa, Bồ Đào Nha, châu Phi, Đức, Ý, Lebanon, Nhật Bản,...

Vì vậy có thể suy ra rằng sự tổng hợp văn hóa là cốt lõi của bản sắc âm nhạc Brazil.

Chọn **D**.

Câu 17. Chọn D. Diverse areas in Brazil produce their own unique musical styles.

Câu gốc nói âm nhạc Brazil là sự pha trộn sống động của nhiều nền văn hóa do lịch sử phức tạp. Sau đó bài cũng nói Brazil rộng lớn, nhiều vùng khác nhau có các thể loại âm nhạc riêng.

Phương án D diễn đạt gần nhất ý về sự đa dạng âm nhạc ở Brazil.

Chọn **D**.

Câu 18. Chọn C. Paragraph 2

Đoạn 2 nhắc đến các nhạc cụ do ảnh hưởng Bồ Đào Nha/Châu Âu như:

"accordions, guitars, and violins."

Vì vậy chọn **Paragraph 2**.

Chọn **C**.

Câu 19. Chọn B. Paragraph 3

Đoạn 3 có câu:

"This potent music also drives the energy in martial art forms such as capoeira."

"martial art forms" là các hình thức võ thuật/chiến đấu.

Vì vậy chọn **Paragraph 3**.

Chọn **B**.

Câu 20. Chọn D. African slaves had left their mark on the formation of the local music.

Bài đọc nói rõ nô lệ châu Phi và truyền thống âm nhạc, vũ đạo của họ đã góp phần tạo nên âm nhạc Brazil.

Các phương án khác sai:

- A sai vì fado là hình thức âm nhạc Bồ Đào Nha, không phải của người Nhật.
- B sai vì samba không được nói là ngay lập tức được chấp nhận.
- C sai vì Brazil còn chịu ảnh hưởng từ nhiều nền văn hóa khác, không chỉ Bồ Đào Nha và châu Phi.

Chọn **D**.

Câu 21. Chọn D. even when each interruption appears minor and temporary

Câu nói rằng trong môi trường số, con người liên tục bị kéo khỏi nhiệm vụ trước mắt, dù mỗi sự gián đoạn có vẻ nhỏ và tạm thời.

"even when" nghĩa là "ngay cả khi", phù hợp với ý nhấn mạnh.

Chọn **D**.

Câu 22. Chọn A. Whether learners can sustain attention over extended periods

Câu cần một mệnh đề danh từ làm chủ ngữ cho động từ "depends".

Cấu trúc đúng:

"Whether learners can sustain attention over extended periods depends not only on..."

Nghĩa là: Việc người học có thể duy trì sự chú ý trong thời gian dài hay không phụ thuộc không chỉ vào kỉ luật cá nhân...

Chọn **A**.

Câu 23. Chọn A. Rather, it suggests that attention must be intentionally protected from repeated disruption.

Câu trước nói: "Điều này không có nghĩa là sự tập trung sâu đã trở nên không thể đạt được."

Vậy câu sau cần nêu ý điều chỉnh: đúng hơn, nó cho thấy sự chú ý phải được bảo vệ có chủ đích khỏi sự gián đoạn lặp lại.

Chọn **A**.

Câu 24. Chọn A. A sustainable routine may involve disabling non-essential alerts, allocating a realistic period for demanding work, and taking brief recovery breaks.

Câu trước nói chuyên gia khuyên thiết lập thói quen có chủ đích để giảm gián đoạn.

Phương án A đưa ra các biện pháp hợp lí:

- tắt thông báo không cần thiết,
- phân bổ thời gian thực tế cho việc khó,
- nghỉ ngắn để hồi phục.

Các phương án B, C, D đều không hợp lí vì khuyến khích mở mạng xã hội, loại bỏ thiết bị hoàn toàn hoặc chuyển việc liên tục.

Chọn **A**.

Câu 25. Chọn C. when they are practised consistently rather than treated as emergency measures

"Such strategies are most effective..." nghĩa là những chiến lược này hiệu quả nhất khi nào?

Chúng hiệu quả nhất khi được luyện tập thường xuyên, chứ không phải chỉ dùng như biện pháp khẩn cấp.

Chọn **C**.

Câu 26. Chọn A. [I]

Câu cần chèn:

"Impulsivity can also be a characteristic of those who are neurodivergent."

Ngay sau đó đoạn văn nói về ADHD:

"Those with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) may act more impulsively..."

ADHD là một dạng liên quan đến neurodivergent, nên câu cần chèn phải đứng trước câu nói về ADHD, tức vị trí [I].

Chọn **A**.

Câu 27. Chọn A. people

Cụm "those with substance use disorders" nghĩa là "những người mắc rối loạn sử dụng chất".

Vì vậy "those" chỉ **people**.

Chọn **A**.

Câu 28. Chọn C. promptly

"on a whim" nghĩa là hành động bộc phát, theo hứng, không suy nghĩ kĩ. Trong ngữ cảnh "buying things on a whim", tức là mua ngay theo hứng.

Trong các lựa chọn, **promptly** gần nhất với ý "ngay lập tức/không chần chừ".

Chọn **C**.

Câu 29. Chọn B. One's impulsive tendencies are supposed to be attributed to their heredity and living habits.

Đoạn cuối nói các yếu tố góp phần gây ra tính bốc đồng gồm:

"environmental, genetic, and psychological" và các trải nghiệm sang chấn.

"genetic" tương ứng với di truyền, "environmental" có thể hiểu là môi trường sống/thói quen sống.

Vì vậy phương án B phù hợp nhất.

Chọn **B**.

Câu 30. Chọn C. Impulsivity manifests across diverse clinical conditions and neurological health disorders.

Đoạn 2 nêu tính bốc đồng có thể xuất hiện trong nhiều tình trạng khác nhau như:

- bipolar disorder,
- borderline personality disorder,
- intense anxiety,
- trauma responses,
- substance use disorders,
- brain injury,
- Alzheimer's disease,
- ASPD,
- trichotillomania,
- kleptomania.

Ý chính là tính bốc đồng xuất hiện ở nhiều rối loạn lâm sàng và thần kinh khác nhau.

Chọn **C**.

Câu 31. Chọn C. If chronic patterns of impulsivity begin to compromise your well-being or functionality, it may serve as a critical indicator that consulting a specialist is necessary.

Câu gốc nói: nếu hành vi bốc đồng lặp lại bắt đầu cản trở và ảnh hưởng tiêu cực đến cuộc sống trong thời gian dài, đó có thể là dấu hiệu cần tìm kiếm sự giúp đỡ.

Phương án C diễn đạt lại đúng ý:

- chronic patterns: các kiểu hành vi kéo dài,
- compromise your well-being or functionality: ảnh hưởng đến sức khỏe/tính năng hoạt động hằng ngày,
- consulting a specialist is necessary: cần gặp chuyên gia.

Chọn **C**.

Câu 32. Chọn B. Frequent impulsivity may necessitate professional intervention when it disrupts one's daily life.

Từ bài đọc có thể suy ra: nếu tính bốc đồng xảy ra thường xuyên và ảnh hưởng đến cuộc sống, người đó có thể cần hỗ trợ chuyên môn.

Phương án B đúng với ý đoạn 4.

Chọn **B**.

Câu 33. Chọn B. Post-traumatic stress disorder (PTSD)

Bài đọc có nhắc:

- Alzheimer's disease,
- ADHD,
- trichotillomania,
- trauma responses/traumatic experiences.

Tuy nhiên, bài không nêu trực tiếp tên bệnh **Post-traumatic stress disorder (PTSD)**.

Chọn **B**.

Câu 34. Chọn D. cautious

"hasty" nghĩa là vội vàng, hấp tấp.

Từ trái nghĩa là **cautious**: thận trọng.

Chọn **D**.

Câu 35. Chọn B. Impulsivity is a multifaceted symptom linked to various conditions involving a myriad of hidden factors.

Toàn bài nói rằng tính bốc đồng không chỉ là sự yếu đuối nhất thời, mà có thể là triệu chứng phức tạp, liên quan đến nhiều tình trạng sức khỏe tâm thần/thần kinh và nhiều yếu tố ẩn như di truyền, môi trường, tâm lí, sang chấn.

Phương án B tóm tắt đầy đủ nhất.

Chọn **B**.

Câu 36. Chọn D. b – a – d – e – c

Sắp xếp logic:

b. Giới thiệu dự án "Son La in English".
a. First, các thành viên thu thập thông tin.
d. Then, dùng thông tin để thiết kế poster và ghi âm giới thiệu.
e. Finally, sản phẩm được trưng bày.
c. Các sản phẩm này giúp học sinh nhỏ tuổi học từ mới.

Thứ tự đúng: **b – a – d – e – c**.

Chọn **D**.

Câu 37. Chọn D. c – e – a – b – d

Đây là email mời tham dự sự kiện.

Thứ tự hợp lí:

c. Mở đầu: mời tham dự Culture Day.
e. Nêu thời gian và địa điểm.

a. Nêu chương trình gồm những hoạt động gì.
b. Đề nghị xác nhận tham dự.
d. Nói sự hiện diện của thầy sẽ khích lệ học sinh.

Thứ tự đúng: **c – e – a – b – d**.

Chọn **D**.

Câu 38. Chọn C. c – e – d – a – b

Sắp xếp đoạn văn về năng lực số:

c. Nêu ý chính: năng lực số không chỉ là biết dùng thiết bị/ứng dụng.
e. Học sinh được kì vọng tạo tài liệu, thiết kế thuyết trình, giao tiếp qua email, học trực tuyến.
d. Quan trọng không kém là đánh giá độ tin cậy của thông tin và hành xử có trách nhiệm trên mạng.
a. Năng lực đó giúp người học tiếp cận tài liệu, tổ chức ý tưởng, trình bày, hợp tác.
b. Kết luận: năng lực số là phần quan trọng của học tập hiện đại.

Thứ tự đúng: **c – e – d – a – b**.

Chọn **C**.

Câu 39. Chọn B. c – e – a – b – d

Đây là đoạn hội thoại giữa Lan và Minh.

c. Lan mở đầu: nghe nói câu lạc bộ đã hoàn thành dự án.
e. Minh xác nhận và nói đã trưng bày poster/hướng dẫn.
a. Lan hỏi nhóm của Minh chuẩn bị phần nào.
b. Minh trả lời: viết phần giới thiệu tiếng Anh về điệu Xòe Thái.
d. Lan nhận xét: điều đó hữu ích.

Thứ tự đúng: **c – e – a – b – d**.

Chọn **B**.

Câu 40. Chọn A. c – a – b

Thứ tự hội thoại tự nhiên:

c. Ben hỏi: Triển lãm của câu lạc bộ diễn ra ở đâu và khi nào?
a. Mai trả lời: Ở hội trường trường, bắt đầu lúc 8 giờ sáng thứ Sáu này.
b. Ben đáp lại: Tuyệt! Mình sẽ đến xem poster tiếng Anh của các bạn.

Thứ tự đúng: **c – a – b**.

Chọn **A**.