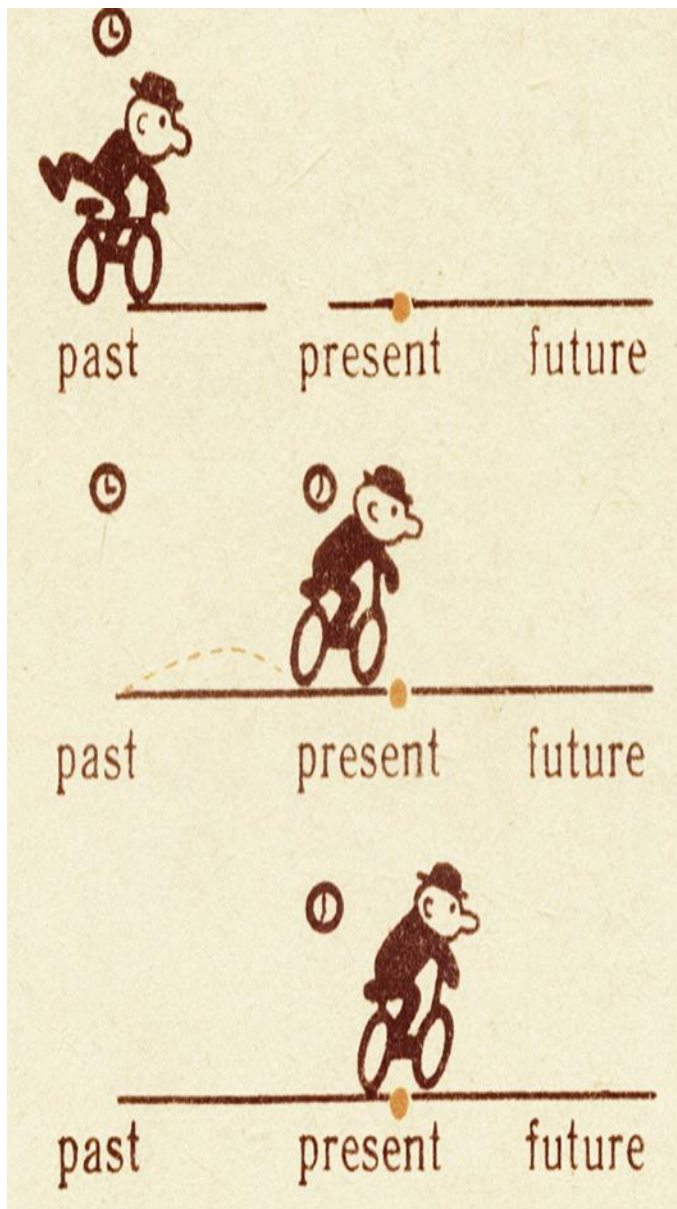


THÌ HIỆN TẠI HOÀN THÀNH TIẾP DIỄN (PRESENT PERFECT CONTINUOUS)

I. CÔNG THỨC (FORMULA)

1. Câu khẳng định (Affirmative)

- I, You, We, They + have been + V-ing
- He, She, It + has been + V-ing



Ví dụ: I **have been riding** a bicycle for two hours. (Tôi đã đạp xe được hai tiếng).

- They **have been working** all day. (Họ đã làm việc suốt cả ngày).

2. Câu phủ định (Negative)

- I, You, We, They + **have not been (haven't been) + V-ing**
- He, She, It + **has not been (hasn't been) + V-ing**

Ví dụ:

- She **hasn't been sleeping** well lately. (Cô ấy gần đây ngủ không được ngon giấc).
- We **haven't been waiting** for a long time. (Chúng tôi đã không đợi lâu).

3. Câu nghi vấn (Interrogative)

- **Have + I, You, We, They + been + V-ing...?**
- **Has + He, She, It + been + V-ing...?**

Câu hỏi với **"How long"** (Dùng để hỏi hành động đã diễn ra được bao lâu):

- **How long + have/has + S + been + V-ing...?**
- Ví dụ: **How long have you been studying** English? (Bạn học tiếng Anh được bao lâu rồi?)

II. CÁCH SỬ DỤNG (USAGE)

1. Hành động kéo dài từ quá khứ và vừa mới kết thúc ở hiện tại

Dùng thì này để miêu tả các hành động liên tục kéo dài từ trong quá khứ và hệ quả của nó vẫn còn lưu lại ở hiện tại.

- Ví dụ 1: You're out of breath. **Have you been running?** (Bạn đang thở hồng hộc. Bạn vừa mới chạy à?)
- Ví dụ 2: Why are your clothes so dirty? **What have you been doing?** (Tại sao quần áo của bạn lại bẩn như vậy? Bạn vừa làm gì đấy?)

2. Hành động kéo dài từ quá khứ đến tận hiện tại và vẫn đang diễn ra

Dùng để diễn tả một hành động bắt đầu trong quá khứ, tiếp diễn liên tục đến hiện tại và có thể vẫn tiếp tục diễn ra trong tương lai.

- Ví dụ: Is it raining? (Trời đang mưa à?)
 - No, it isn't, but the ground is wet. It **has been raining**. (Không, nhưng mặt đất đang ướt. Trời vừa mới mưa xong / Trời đã mưa).

3. Nói về thời lượng của một hành động

Thì này giúp gộp hai câu diễn đạt dài dòng thành một câu đơn giản và cô đọng hơn.

- Diễn đạt dài (dùng hai câu): It **is raining** now. It **began to rain** two hours ago and it **is still raining**. (Bây giờ trời đang

mưa. Trời bắt đầu mưa từ hai tiếng trước và bây giờ vẫn đang mưa.)

- *Diễn đạt ngắn gọn (dùng Hiện tại hoàn thành tiếp diễn): It has been raining for two hours.* (Trời đã mưa được hai tiếng rồi.)

PHÂN TÍCH SO SÁNH: HỌC QUA VIDEO GIẢNG BÀI VÀ HỌC QUA ĐỌC LÝ THUYẾT

Trong kỷ nguyên số hóa giáo dục hiện đại, việc tiếp thu kiến thức được chia làm hai phương pháp cốt lõi: **Học qua video** (kết hợp hình ảnh, âm thanh) và **Học qua đọc lý thuyết** (sách, tài liệu văn bản). Mỗi phương pháp có những đặc thù riêng tác động trực tiếp đến não bộ và khả năng ghi nhớ.

1. Điểm khác biệt cốt lõi

A. Học qua video giảng bài

- **Bản chất:** Là phương pháp học đa phương tiện (multimedia), kết hợp giữa kênh thị giác (hình ảnh, chuyển động) và thính giác (giọng nói, âm thanh).
- **Tương tác:** Cho phép người học tạm dừng, tua lại, hoặc tăng tốc độ phát (ví dụ: 1.25x, 1.5x), kèm theo ngôn ngữ cơ thể và biểu cảm của giảng viên.

B. Học đọc bài lý thuyết

- **Bản chất:** Là phương pháp xử lý thông tin tuyến tính, đòi hỏi người học phải tự chuyển hóa các ký tự (chữ viết) thành hình ảnh và ý niệm trong đầu.
- **Tương tác:** Người học hoàn toàn làm chủ tốc độ đọc, có thể dừng lại ngẫm nghĩ tại một câu hoặc đoạn văn dài bao lâu tùy ý mà không bị phụ thuộc vào nhịp độ nói của người khác.

2. Sự thuận lợi (Ưu điểm) và Khó khăn (Nhược điểm)

BẢNG SO SÁNH CHI TIẾT

Tiêu chí	Học qua video giảng bài	Học qua đọc lý thuyết
Thuận lợi (Ưu điểm)	- Dễ hiểu, sinh động: Hình ảnh minh họa và biểu đồ giúp đơn giản hóa các khái niệm phức tạp. - Tiết kiệm thời gian: Phù hợp với người bận rộn muốn nắm bắt kiến thức nhanh qua các video tóm tắt.	- Rèn luyện tư duy sâu: Tăng cường khả năng tự học, phân tích và phản biện của não bộ. - Linh hoạt tốc độ: Người học tự kiểm soát nhịp độ tiếp thu, dễ dàng tra cứu lại một thông tin cụ thể.

Tiêu chí	Học qua video giảng bài	Học qua đọc lý thuyết
	- Tăng cảm hứng: Ngôn ngữ cơ thể và sự truyền cảm của giảng viên giúp người học ít buồn ngủ hơn.	- Ghi nhớ lâu hơn: Việc tự xử lý thông tin dạng chữ giúp hình thành các nơ-ron thần kinh bền vững.
Khó khăn (Nhược điểm)	- Thụ động: Người học dễ rơi vào trạng thái "xem phim" mà không thực sự tư duy, dẫn đến việc quên nhanh sau khi xem. - Mất thời gian với thông tin dài: Xem một video 30 phút có thể tốn nhiều thời gian hơn so với việc đọc một trang giấy chứa cùng lượng thông tin.	- Khô khan, dễ nản chí: Không có hình ảnh hay âm thanh hỗ trợ nên dễ gây cảm giác mệt mỏi, đặc biệt với người học thiên về thị giác. - Khó hình dung: Các kiến thức mang tính thực hành hoặc mô hình trừu tượng (như cách vận hành động cơ, lập trình) nếu chỉ đọc chữ sẽ rất khó hiểu.

3. Điểm ưu việt của từng loại

- **Điểm ưu việt của Video:** Khả năng **đơn giản hóa và mô hình hóa** các khái niệm phức tạp. Nó phá vỡ rào cản về không gian và thời gian, giúp người học tiếp cận kiến thức từ các chuyên gia hàng đầu thế giới ngay tại nhà.
 - **Điểm ưu việt của Lý thuyết:** Khả năng **tập trung cao độ và phát triển tư duy logic**. Đọc sách giúp phát triển tư duy, tăng cường khả năng tập trung sâu (deep work) và lưu trữ thông tin dài hạn tốt hơn.
-

4. Các nghiên cứu khoa học thực tế chứng minh

Nhiều trường đại học và viện nghiên cứu trên thế giới đã tiến hành so sánh hiệu quả giữa hai phương pháp này:

A. Nghiên cứu của Đại học Harvard (Harvard University)

- **Nội dung:** Các nhà nghiên cứu tại Harvard (đặc biệt trong các dự án của *Harvard Graduate School of Education*) đã thử nghiệm phương pháp giảng dạy tích hợp (Active Learning) và video. Họ nhận thấy rằng sinh viên học qua các bài giảng video kết hợp tương tác có tỷ lệ hoàn thành khóa học cao hơn.
- **Thực tế chứng minh:** Tuy nhiên, họ cũng nhấn mạnh rằng video chỉ thực sự phát huy tác dụng khi người học được đặt câu hỏi hoặc làm bài tập (Active Video Watching), chứ không phải thụ động xem từ đầu đến cuối.

B. Nghiên cứu của Đại học Columbia và Đại học Stanford

- **Nội dung:** Các nhà tâm lý học nhận thức đã so sánh khả năng tiếp thu giữa việc đọc trên màn hình/sách và xem video.
- **Thực tế chứng minh:** Kết quả cho thấy những người đọc văn bản có khả năng **nhớ chính xác các chi tiết, số liệu và lập luận** tốt hơn những người xem video, vì não bộ phải hoạt động nhiều hơn để giải mã ký tự. Ngược lại, những người xem video lại có khả năng nắm bắt **bức tranh toàn cảnh** và ghi nhớ cảm xúc về chủ đề đó tốt hơn.

C. Hiệu ứng đa phương tiện của Richard Mayer

- **Nhà nghiên cứu:** Tiến sĩ Richard Mayer (Đại học California, Santa Barbara), chuyên gia hàng đầu về tâm lý học giáo dục, đã đưa ra *Thuyết học tập đa phương tiện (Cognitive Theory of Multimedia Learning)*.
 - **Thực tế chứng minh:** Ông chứng minh rằng việc học qua video (kết hợp đúng lúc giữa lời nói và hình ảnh minh họa) giúp giảm tải gánh nặng cho bộ nhớ làm việc (working memory) của não bộ, từ đó giúp người học tiếp thu nhanh hơn tới 20% so với chỉ đọc văn bản thuần túy.
-