У человека, растений, животных, грибов и большинства бактерий в процессе дыхания происходит

1) образование сложных органических веществ из неорганических
2) окисление органических веществ и освобождение энергии
3) значительное увеличение массы тела и его размеров
4) значительное уменьшение массы тела и изменение его размеров