Найпоширенішою системою для компресії відео є MPEG. Вона працює наступним чином:  
Єдиний потік даних з CD приводу розділяється на відео і аудіо компоненти, які потім декомпресуються використовуючи окремі алгоритми. Відео обробляється випускаючи окремі кадри як вони слідують. Частини зображень у кадрах рисує стрибаючий м’ячик на пустому фоні. Це перший етап, який називається Intra-Frame (i-frame). I-frame зжимає використовуючи лише інформацію на малюнку, точно як звичайна техніка біт-мапової компресії, як JPEG.

Після i-frame буде один або більше прогнозованих фреймів (predicted frames, P-frames). Різниця між P-frame і i-frame базується лише на тому, що дані зберігаються для цих р фреймів. Наприклад у випадку стрибаючого м’ячика зберігає просту інформацію, так як опис, як змінилась позиція м’ячика з попереднього кадру. Тут береться частина простору, який може бути використим, якщо ви зберігаєте p-frames як зображення(??). Розміри чи кольори що змінюються, також зберігаються в p кадрах. Наступний р кадр також може базуватися на цих р кадрах. Зберігання відмінностей між кадрами дає велике скорочення в масиві інформації, яку необхідно відтворювати у послідовності.

Лише декілька p кадрів можуть також є дозволеними перед новим і кадром є включеними в послідовність як нова точна посилання, спочатку мала межа помилок біжить в кожному з р кадрів.

Між і та з кадрами, є двох направлені кадри (в-frame), які базуються на найближчих і чи p кадрах, які обоє перед, і після нього. Для відновлення в кадрів, коли програється посліжовність, MPEG алгоритм використовує комбінацію двої посилань. Це можуть бути номера в кадрів між і чи р кадрами. Жоден інший кадр не базується на B кадрі, отже не будуть розповсюджуватись помилки, як у р кадрах.

Зазвичай, ви матимете два або три в кадра між і чи р кадрами, і можливо три чи п’ять р кадрів між і кадрами.