Синтаксические нормы нарушены в предложениях:

1) Не поговорив с мамой, я не могла решиться на этот шаг.
2) Мой отец хорошо разбирается и часто помогает людям.
3) Хочу подчеркнуть о том, что сейчас особенно важно.
4) Я спросил, что умеет ли он плавать.
5) Налетевшая откуда-то туча уже сыпала мелким дождиком.